

Утверждаю:
Директор _____ Е.Н. Дорохина

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

4 Октября 2024г.

Приложение №8
: СанПин 2.3/2.4.3590-20

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества, г. | | | Энергет. ценность (ккал) | Номер рецептуры |
|-----------------|---------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------|-----------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| | <i>Кофейный напиток с молоком</i> | 180 | | | 8,00 | 35,00 | 10/3 |
| | <i>Каша "Дружба"</i> | 150 | 5,00 | 6,00 | 22,00 | 162,00 | 2/1 |
| | <i>Батон с сгущенным молоком</i> | 25 | 2,00 | 1,00 | 16,00 | 82,00 | /0 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 355 | 7,31 | 7,19 | 45,99 | 277,91 | |
| 10 ЧАСОВ | | | | | | | |
| | <i>Сок</i> | 100 | | | 16,00 | 68,00 | 1/1 |
| | ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ | 100 | 0,30 | 0,20 | 16,30 | 68,20 | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| | <i>-Огурцы соленые</i> | 40 | | | 1,00 | 4,00 | 78*/8 |
| | <i>Рассольник</i> | 150 | 5,00 | 8,00 | 11,00 | 134,00 | 50/2 |
| | <i>Бигус с мясом</i> | 160 | 11,00 | 11,00 | 7,00 | 169,00 | 9/2 |
| | <i>Компот из клюквы (брусники)</i> | 150 | | | 10,00 | 40,00 | 22/3 |
| | <i>-Хлеб прибрежный</i> | 20 | 2,00 | | 10,00 | 48,00 | 4*/1 |
| | <i>-Хлеб столичный</i> | 20 | 2,00 | 1,00 | 10,00 | 52,00 | 116/3 |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 540 | 19,66 | 19,40 | 48,26 | 446,31 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| | <i>Кефир</i> | 160 | 4,00 | 5,00 | 6,00 | 85,00 | 420/9 |
| | <i>Груша</i> | 70 | | | 7,00 | 32,00 | |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 230 | 4,63 | 5,01 | 13,21 | 116,45 | |
| УЖИН | | | | | | | |
| | <i>Картофель отварной с луком</i> | 130 | 3,00 | 4,00 | 22,00 | 133,00 | 20/5 |
| | <i>Оладьи из печени по- кунцевски</i> | 70 | 14,00 | 7,00 | 7,00 | 143,00 | 20/3 |
| | <i>Чай полусладкий</i> | 180 | | | 6,00 | 24,00 | 6/3 |
| | <i>-Хлеб прибрежный</i> | 20 | 2,00 | | 10,00 | 48,00 | 4*/1 |
| | <i>-Хлеб столичный</i> | 20 | 2,00 | 1,00 | 10,00 | 52,00 | 116/3 |
| | <i>Конфеты</i> | 15 | | | 2,00 | 12,00 | |
| | ИТОГО ЗА УЖИН | 435 | 19,79 | 11,57 | 57,05 | 411,41 | |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1660 | 52,00 | 43,00 | 181,00 | 1320,00 | |