

Утверждаю:
Директор _____ Е.Н. Дорохина

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

3 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							
	Какао с молоком	200	4,00	4,00	16,00	118,00	7/3
	Каша ячневая молочная	200	6,00	7,00	25,00	186,00	13/1
	Батон с маслом сливочным	31	2,00	6,00	14,00	117,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	431	11,81	17,19	54,71	420,63	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100	1,00		10,00	43,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
ОБЕД							
	Салат из свежих огурцов с луком	50		4,00	1,00	40,00	16/2
	Суп "Рябчик"	180	2,00	5,00	9,00	89,00	18/5
	Картофельно-гороховое пюре	130	7,00	5,00	21,00	155,00	21/1
	Котлеты (биточки) куриные, запеченные в томатном соусе	70	26,00	6,00	5,00	179,00	13/3
	Компот из изюма	180			21,00	87,00	23/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	68,00	116/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		14,00	66,00	114/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	660	40,75	19,74	85,91	684,13	
ПОЛДНИК							
	Кефир	180	6,00	7,00	9,00	121,00	420/9
	Пирог с повидлом или джемом открытый	70	5,00	5,00	42,00	233,00	-
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11,10	11,78	50,85	353,68	
УЖИН							
	Груша	70			7,00	32,00	
	Творог, припущенный (запеченный) со сметаной	150	29,00	13,00	14,00	295,00	14/1
	Чай полусладкий	200			8,00	32,00	6/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	470	32,99	14,65	54,45	481,65	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1911	97,00	63,00	256,00	1983,00	