

Утверждаю:
Директор _____ Е.Н. Дорохина

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

2 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>	200	4,00	4,00	15,00	109,00	10/3
	<i>Каша кукурузная молочная</i>	200	5,00	7,00	27,00	191,00	8/1
	<i>Батон с маслом сливочным, сыром</i>	46	6,00	8,00	12,00	148,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	446	14,54	19,11	54,63	448,63	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			10,00	42,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,48	0,10	9,76	41,86	
ОБЕД							
	<i>-Помидоры свежие</i>	60	1,00		3,00	16,00	112/3
	<i>Свекольник с яйцом</i>	180	4,00	7,00	10,00	121,00	34/3
	<i>Азу с чесноком и картофелем</i>	200	13,00	14,00	16,00	244,00	14/3
	<i>Компот из кураги</i>	200	1,00		19,00	80,00	23/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		14,00	65,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	12,00	61,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	22,35	22,44	73,94	586,90	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	180	5,00	5,00	8,00	95,00	420/9
	<i>Бананы</i>	70	1,00		13,00	59,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	6,45	4,73	21,26	153,38	
УЖИН							
	<i>Яйцо отварное</i>	1	5,00	5,00		63,00	327/1
	<i>Рагу из овощей</i>	200	4,00	9,00	21,00	181,00	14/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			7,00	28,00	6/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<i>Конфеты</i>	20			3,00	17,00	9/0
	ИТОГО ЗА УЖИН	451	13,38	15,04	55,85	412,15	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1937	57,00	61,00	215,00	1643,00	