

Утверждаю:
И.о Директора _____ А.В Ганичева

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

1 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	15,00	115,00	7/3
	Каша гречневая на молоке	200	6,00	7,00	24,00	186,00	4/1
	Батон с джемом	40	2,00	1,00	20,00	94,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	440	12,23	12,37	58,60	394,64	
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 томатов в с/с	60	1,00	4,00	2,00	47,00	31/1
	Суп картофельный с вермишелью	180	2,00	3,00	12,00	86,00	38/1
	-Плов из курицы	200	4,00	12,00	39,00	280,00	321/9
	Компот из сухих фруктов	200			9,00	38,00	20/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	66,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	10,39	20,53	87,37	575,68	
ПОЛДНИК							
	Кефир	180	5,00	6,00	7,00	100,00	420/9
	Хачапури	75	12,00	10,00	40,00	297,00	11/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	255	16,79	15,72	47,18	397,40	
УЖИН							
	Салат морковный	60		4,00	5,00	58,00	25/2
	Подлив сметанный сладкий	40		4,00	6,00	56,00	10/2
	Запеканка с фруктами и творогом	150	23,00	9,00	29,00	289,00	2/5
	Чай полусладкий	180			7,00	28,00	6/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		15,00	70,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	480	27,76	17,60	74,20	566,08	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1965	68,00	66,00	277,00	1977,00	