

Утверждаю:
И.о Директора _____ А.В Ганичева

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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	180	4,00	4,00	13,00	99,00	7/3
	Каша гречневая на молоке	150	5,00	6,00	19,00	156,00	4/1
	Батон с джемом	30	2,00	1,00	16,00	75,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	10,58	10,72	47,85	330,16	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100			16,00	68,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ОБЕД							
	Салат из томатов в с/с	40		3,00	2,00	35,00	31/1
	Суп картофельный с вермишелью	150	2,00	3,00	12,00	81,00	38/1
	-Плов из курицы	160	3,00	6,00	32,00	200,00	321/9
	Компот из сухих фруктов	150			7,00	29,00	20/3
	-Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	-Хлеб столичный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	8,65	13,35	72,58	444,77	
ПОЛДНИК							
	Кефир	160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	Хачапури	55	10,00	8,00	38,00	263,00	11/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	215	14,44	12,62	44,02	347,40	
УЖИН							
	Салат морковный	40		3,00	4,00	47,00	25/2
	Подлив сметанный сладкий	30		2,00	4,00	37,00	10/2
	Запеканка с фруктами и творогом	130	20,00	8,00	24,00	248,00	2/5
	Чай полусладкий	160			5,00	20,00	6/3
	-Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	-Хлеб столичный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	23,99	13,98	57,29	450,79	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1615	58,00	51,00	238,00	1641,00	