

Утверждаю:  
Директор \_\_\_\_\_ Е.Н. Дорохина

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

10 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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	200	3,00	3,00	15,00	101,00	10/3
	<i>Каша пшённая молочная</i>	200	6,00	7,00	23,00	178,00	4/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	31	2,00	4,00	14,00	96,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>431</b>	<b>10,65</b>	<b>14,25</b>	<b>51,18</b>	<b>375,56</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			9,00	40,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,47</b>	<b>0,09</b>	<b>9,44</b>	<b>40,48</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>-Салат из свежих помидоров и огурцов с репчатым луком</i>	60	1,00	3,00	2,00	34,00	15/9
	<i>Суп фасолевый со сметаной</i>	180	2,00	5,00	12,00	99,00	52/4
	<i>Сложный гарнир</i>	130	3,00	4,00	13,00	102,00	12/0
	<i>Мясной сырок с сыром в сметанно-томатном соусе</i>	70	15,00	16,00	3,00	218,00	16/1
	<i>Компот из шиповника</i>	200	1,00		18,00	76,00	29/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	12,00	61,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>690</b>	<b>25,50</b>	<b>28,68</b>	<b>72,16</b>	<b>648,59</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Ряженка</i>	180	5,00	4,00	7,00	90,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	70			7,00	31,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>5,41</b>	<b>4,70</b>	<b>14,29</b>	<b>121,15</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Сгущённое молоко</i>	40	3,00	2,00	21,00	113,00	1/0
	<i>Запеканка из риса с творогом</i>	150	14,00	8,00	29,00	246,00	6/3
	<i>Чай без сахара</i>	200					4/1
	<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>Печенье в пачках</i>	18	1,00	3,00	13,00	83,00	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>458</b>	<b>22,11</b>	<b>14,10</b>	<b>87,34</b>	<b>564,70</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1929</b>	<b>64,00</b>	<b>62,00</b>	<b>234,00</b>	<b>1750,00</b>	