

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		
ЗАВТРАК							
	<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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	431	10,65	14,25	51,18	375,56	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			9,00	40,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,47	0,09	9,44	40,48	
ОБЕД							
	<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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	25,50	28,68	72,16	648,59	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	180	5,00	4,00	7,00	90,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	70			7,00	31,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	5,41	4,70	14,29	121,15	
УЖИН							
	<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	
	ИТОГО ЗА УЖИН	458	22,11	14,10	87,34	564,70	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1929	64,00	62,00	234,00	1750,00	