

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

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

7 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>							
	Какао с молоком	180			6,00	27,00	7/3
	Каша "Дружба"	150	2,00	3,00	17,00	96,00	2/1
	Батон с маслом сливочным	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	Зефир	25					
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>380</b>	<b>3,42</b>	<b>6,90</b>	<b>33,19</b>	<b>208,51</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок	100			16,00	68,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,30</b>	<b>0,20</b>	<b>16,30</b>	<b>68,20</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	-Салат из белокочанной капусты с морковью	40	1,00	2,00	4,00	37,00	21/9
	Суп с мучными клецками	150	6,00	7,00	15,00	145,00	37/1
	Каша гречневая рассыпчатая	130	6,00	4,00	29,00	174,00	1/1
	Бефстроганов из печени	80	13,00	6,00	7,00	132,00	21/3
	Компот из яблок с лимоном	150			10,00	40,00	17/3
	-Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	-Хлеб столичный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>590</b>	<b>29,99</b>	<b>19,28</b>	<b>83,30</b>	<b>626,39</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Снежок	160	4,00	3,00	14,00	102,00	420/9
	Пирог манный	50	5,00	9,00	28,00	209,00	15/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>210</b>	<b>8,94</b>	<b>11,88</b>	<b>42,07</b>	<b>310,95</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Бананы	70	1,00		13,00	59,00	
	Плов сладкий	150	4,00	7,00	54,00	299,00	12/2
	Чай полусладкий	150			4,00	17,00	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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>410</b>	<b>8,35</b>	<b>8,28</b>	<b>91,18</b>	<b>472,65</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1690</b>	<b>51,00</b>	<b>47,00</b>	<b>266,00</b>	<b>1687,00</b>	