

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

## Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

14 Октября 2024г.

Приложение №8  
: СанПин 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Макароны с сыром	180	5,00	8,00		95,00	8/1
	Батон с маслом сливочным	31	2,00	5,00	13,00	105,00	/1
	Чай полусладкий	200			8,00	32,00	6/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>411</b>	<b>7,22</b>	<b>13,30</b>	<b>20,98</b>	<b>232,45</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок	100	1,00		10,00	43,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,30</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из тушеного перца	60	1,00	4,00	3,00	52,00	36/4
	Суп рисовый с чесноком	180	2,00	4,00	14,00	92,00	60/2
	-Картофельное пюре	130	3,00	4,00	19,00	127,00	339/9
	Гуляш мясной	80	12,00	14,00	4,00	187,00	16/3
	Компот из яблок с лимоном	180			11,00	47,00	17/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>680</b>	<b>20,93</b>	<b>26,89</b>	<b>75,90</b>	<b>629,06</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Снежок	180	4,00	4,00	15,00	107,00	420/9
	Груша	80			8,00	36,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>260</b>	<b>4,10</b>	<b>3,74</b>	<b>23,36</b>	<b>143,50</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Рагу из овощей	130	3,00	5,00	15,00	116,00	14/1
	Котлеты (биточки) рыбные в томатном соусе	70	21,00	2,00	5,00	125,00	134/1
	Чай полусладкий	200			8,00	32,00	6/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>450</b>	<b>27,48</b>	<b>8,10</b>	<b>53,38</b>	<b>396,08</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1901</b>	<b>60,00</b>	<b>52,00</b>	<b>184,00</b>	<b>1444,00</b>	