

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

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

6 Декабря 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>Какао с молоком</i>	200	3,00	4,00	16,00	110,00	7/3
	<i>Каша пшённая молочная</i>	200	6,00	7,00	27,00	196,00	4/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	31	2,00	5,00	14,00	111,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>431</b>	<b>11,57</b>	<b>15,83</b>	<b>56,89</b>	<b>416,38</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	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>							
	<i>помидоры соленные</i>	50			1,00	8,00	15/7
	<i>Борщ</i>	180	2,00	5,00	12,00	101,00	25/3
	<i>Каша перловая рассыпчатая</i>	130	5,00	4,00	34,00	186,00	3/1
	<i>Бефстроганов из печени</i>	100	17,00	9,00	9,00	180,00	21/3
	<i>Компот из шиповника</i>	180	1,00		15,00	65,00	29/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	14,00	70,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>690</b>	<b>28,60</b>	<b>18,54</b>	<b>97,13</b>	<b>669,59</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Крендель в сахаре</i>	70	6,00	6,00	41,00	243,00	5/3
	<i>Кисель из плодового или ягодного концентрата</i>	200			10,00	40,00	25/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>270</b>	<b>6,44</b>	<b>6,16</b>	<b>50,53</b>	<b>283,34</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат из консервированной кукурузы</i>	60	2,00	3,00	10,00	76,00	6/1
	<i>Рыба, запеченная в сметане с картофелем</i>	200	23,00	6,00	30,00	266,00	114/2
	<i>Чай полусладкий</i>	180			7,00	28,00	6/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		13,00	63,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>490</b>	<b>28,81</b>	<b>10,34</b>	<b>72,27</b>	<b>497,12</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1981</b>	<b>76,00</b>	<b>51,00</b>	<b>287,00</b>	<b>1910,00</b>	