

Утверждаю:
Директор _____ Е.Н. Дорохина

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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		
ЗАВТРАК							
	Какао с молоком	180	3,00	4,00	12,00	96,00	7/3
	Каша пшённая молочная	150	5,00	6,00	22,00	163,00	4/1
	Батон с маслом сливочным	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	10,19	13,92	44,64	344,52	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100			16,00	68,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ОБЕД							
	помидоры соленные	30			1,00	8,00	15/7
	Борщ	150	2,00	4,00	10,00	88,00	25/3
	Каша перловая рассыпчатая	110	4,00	2,00	25,00	136,00	3/1
	Бефстроганов из печени	80	13,00	6,00	7,00	132,00	21/3
	Компот из шиповника	150			13,00	54,00	29/3
	-Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	-Хлеб столичный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	560	22,66	13,32	76,52	516,34	
ПОЛДНИК							
	Крендель в сахаре	50	4,00	4,00	25,00	149,00	5/3
	Кисель из плодового или ягодного концентрата	150			7,00	30,00	25/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	4,25	3,76	32,10	179,07	
УЖИН							
	Салат из консервированной кукурузы	40	1,00	2,00	6,00	49,00	6/1
	Рыба, запеченная в сметане с картофелем	160	19,00	5,00	25,00	221,00	114/2
	Чай полусладкий	180			6,00	24,00	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
	ИТОГО ЗА УЖИН	420	23,10	8,08	56,65	391,71	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1635	61,00	39,00	226,00	1500,00	