

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

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

4 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	4,00	4,00	16,00	120,00	7/3
	<i>Каша гречневая на молоке</i>	200	6,00	7,00	23,00	183,00	4/1
	<i>Батон с маслом сливочным, сыром</i>	46	6,00	9,00	13,00	159,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>446</b>	<b>16,40</b>	<b>21,05</b>	<b>51,71</b>	<b>461,83</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100	1,00		11,00	47,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,54</b>	<b>0,11</b>	<b>10,92</b>	<b>46,80</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из белокочанной капусты с огурцом</i>	60	1,00	3,00	3,00	45,00	2/1
	<i>Суп фасолевый со сметаной</i>	180	3,00	5,00	12,00	106,00	52/4
	<i>-Жаркое с субпродуктами</i>	200	18,00	11,00	33,00	298,00	374/3
	<i>Компот из апельсинов, сухофруктов или чернослива</i>	200			11,00	45,00	14/2
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	58,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	12,00	62,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>690</b>	<b>25,64</b>	<b>19,84</b>	<b>83,27</b>	<b>614,19</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Снежок</i>	200	4,00	4,00	17,00	123,00	420/9
	<i>Пряники</i>	50	3,00	2,00	38,00	183,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>7,27</b>	<b>6,35</b>	<b>54,80</b>	<b>305,49</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Капуста тушеная с томатом</i>	130	3,00	4,00	8,00	79,00	10/1
	<i>-Рыба припущенная</i>	70	15,00			66,00	259/9
	<i>Чай полусладкий</i>	180			7,00	28,00	6/3
	<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>Мандарины</i>	70	1,00		5,00	25,00	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>500</b>	<b>22,38</b>	<b>5,29</b>	<b>45,72</b>	<b>319,96</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1986</b>	<b>72,00</b>	<b>53,00</b>	<b>246,00</b>	<b>1748,00</b>	