

Утверждаю:
Директор _____ Е.Н. Дорохина

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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		
ЗАВТРАК							
	<i>Какао с молоком</i>	180	4,00	4,00	13,00	99,00	7/3
	<i>Каша гречневая на молоке</i>	150	5,00	6,00	19,00	156,00	4/1
	<i>Батон с маслом сливочным, сыром</i>	35	4,00	7,00	10,00	120,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	365	13,23	16,99	42,33	375,05	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			15,00	63,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,28	0,19	15,09	63,15	
ОБЕД							
	<i>Салат из белокочанной капусты с огурцом</i>	40	1,00	2,00	2,00	32,00	2/1
	<i>Суп фасолевый со сметаной</i>	150	2,00	4,00	11,00	93,00	52/4
	<i>-Жаркое с субпродуктами</i>	160	13,00	9,00	21,00	215,00	374/3
	<i>Компот из апельсинов, сухофруктов или чернослива</i>	150			8,00	35,00	14/2
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	20,06	15,83	62,91	474,24	
ПОЛДНИК							
	<i>Снежок</i>	160	4,00	3,00	14,00	102,00	420/9
	<i>Пряники</i>	50	3,00	2,00	38,00	183,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	6,55	5,68	51,90	284,94	
УЖИН							
	<i>Капуста тушеная с томатом</i>	110	2,00	2,00	7,00	55,00	10/1
	<i>-Рыба припущенная</i>	60	13,00			54,00	259/9
	<i>Чай полусладкий</i>	150			4,00	17,00	6/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<i>Мандарины</i>	70	1,00		5,00	25,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	430	18,39	3,48	36,03	249,05	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1645	59,00	42,00	208,00	1446,00	