

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

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

2 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>	180			7,00	31,00	7/3
	<i>Каша рисовая молочная</i>	150	1,00	2,00	17,00	92,00	11/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>355</b>	<b>2,99</b>	<b>6,71</b>	<b>34,05</b>	<b>208,47</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			16,00	65,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,29</b>	<b>0,19</b>	<b>15,65</b>	<b>65,47</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Икра кабачковая</i>	30		2,00	2,00	28,00	3/12
	<i>Суп с мучными клецками</i>	150	3,00	3,00	15,00	100,00	37/1
	<i>Запеканка картофельная с отварным мясом</i>	160	12,00	12,00	20,00	234,00	12/3
	<i>Компот из изюма</i>	150			12,00	48,00	23/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>17,91</b>	<b>18,05</b>	<b>68,54</b>	<b>508,19</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Кефир</i>	160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	<i>Печенье песочное</i>	50	4,00	6,00	28,00	183,00	13/2
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>210</b>	<b>8,84</b>	<b>10,70</b>	<b>33,89</b>	<b>267,14</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Яйцо отварное</i>	1	5,00	5,00		63,00	327/1
	<i>Рагу из овощей</i>	150	3,00	5,00	19,00	138,00	14/1
	<i>Чай полусладкий</i>	150			5,00	20,00	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>Зефир</i>	20					
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>361</b>	<b>11,58</b>	<b>10,71</b>	<b>44,20</b>	<b>319,35</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1556</b>	<b>42,00</b>	<b>46,00</b>	<b>196,00</b>	<b>1369,00</b>	