

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

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

12 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>							
	Чай с молоком	150	2,00	2,00	9,00	64,00	4/3
	Каша "Дружба"	150	5,00	6,00	22,00	162,00	2/1
	Батон с маслом сливочным	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>325</b>	<b>8,55</b>	<b>12,67</b>	<b>40,81</b>	<b>311,37</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок	100			16,00	68,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,30</b>	<b>0,20</b>	<b>16,30</b>	<b>68,20</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	-Огурцы соленые	40			1,00	4,00	78*/8
	Щи из свежей капусты без картофеля	150	5,00	7,00	4,00	101,00	55/1
	Азу с чесноком и картофелем	160	10,00	11,00	13,00	191,00	14/3
	Компот из сухих фруктов	150			5,00	21,00	20/3
	-Хлеб столичный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	-Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>540</b>	<b>18,61</b>	<b>19,11</b>	<b>42,41</b>	<b>415,94</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кисель из плодового или ягодного концентрата	150			1,00	6,00	25/3
	Пряники	50	3,00	2,00	38,00	183,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>3,04</b>	<b>2,41</b>	<b>38,85</b>	<b>189,25</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Салат из яблок, апельсинов и бананов с сахаром	40			7,00	30,00	34/7
	Плов сладкий	150	5,00	7,00	52,00	294,00	12/2
	Чай полусладкий	180			5,00	20,00	6/3
	-Хлеб столичный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	-Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>410</b>	<b>7,97</b>	<b>8,28</b>	<b>84,08</b>	<b>442,70</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1575</b>	<b>38,00</b>	<b>43,00</b>	<b>222,00</b>	<b>1427,00</b>	