

Утверждаю:
Директор _____ Е.Н. Дорохина

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

11 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	200	4,00	5,00	19,00	136,00	7/3
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,00	7,00	24,00	178,00	15/1
	Батон с маслом сливочным, сыром	46	6,00	10,00	13,00	163,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	446	16,20	21,16	55,50	477,04	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100	1,00		10,00	43,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
ОБЕД							
	-Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,00	2,00	6,00	42,00	21/9
	Свекольник с отварной свеклой	180	2,00	5,00	11,00	100,00	34/8
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,00	6,00	38,00	237,00	1/1
	Гуляш мясной	80	13,00	15,00	4,00	203,00	16/3
	Компот из чернослива	180			17,00	70,00	15/2
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		14,00	66,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	14,00	71,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	29,04	28,60	104,04	789,55	
ПОЛДНИК							
	Снежок	180	4,00	4,00	15,00	108,00	420/9
	Груша	95			10,00	43,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	275	4,18	3,81	24,99	150,88	
УЖИН							
	Огурец порционный	50			1,00	6,00	46*/1
	Рыба под овощами	200	14,00	5,00	20,00	181,00	144/1
	Чай полусладкий	180			7,00	28,00	6/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	Мармелад	15					
	ИТОГО ЗА УЖИН	495	18,60	5,95	52,70	338,44	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2016	69,00	60,00	247,00	1799,00	