

Утверждаю:
Директор _____ Е.Н. Дорохина

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

10 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>	200	3,00	3,00	12,00	86,00	7/3
	<i>Каша пшеничная молочная</i>	200	6,00	7,00	25,00	186,00	8/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	31	2,00	5,00	14,00	110,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	431	10,84	15,09	50,65	381,73	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100	1,00		10,00	44,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,51	0,10	10,29	44,13	
ОБЕД							
	<i>Салат из томатов в с/с</i>	60	1,00	4,00	2,00	49,00	31/1
	<i>Суп овощной</i>	180	2,00	5,00	11,00	97,00	35/3
	<i>-Плов из курицы</i>	200	4,00	13,00	40,00	294,00	321/9
	<i>Компот из изюма</i>	200			15,00	60,00	23/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	14,00	74,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	11,13	23,38	94,36	632,24	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	180	5,00	4,00	7,00	90,00	420/9
	<i>Пирожок с яйцом и с луком</i>	80	13,00	12,00	40,00	318,00	122/0
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	17,88	16,48	47,10	408,17	
УЖИН							
	<i>Картофель отварной с луком</i>	150	3,00	6,00	23,00	158,00	20/5
	<i>Оладьи из печени по- кунцевски</i>	80	15,00	8,00	11,00	174,00	20/3
	<i>Чай полусладкий</i>	180			7,00	28,00	6/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		14,00	65,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	460	21,74	14,89	67,11	489,25	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1941	62,00	70,00	270,00	1956,00	