

Утверждаю:
Директор _____ Е.Н. Дорохина

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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>	180	4,00	4,00	11,00	91,00	7/3
	<i>Каша пшеничная молочная</i>	150	5,00	6,00	21,00	160,00	8/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	10,40	13,97	42,27	336,35	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			16,00	68,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ОБЕД							
	<i>Салат из томатов в с/с</i>	40		3,00	2,00	35,00	31/1
	<i>Суп овощной</i>	150	2,00	4,00	10,00	86,00	35/3
	<i>-Плов из курицы</i>	160	3,00	7,00	33,00	205,00	321/9
	<i>Компот из изюма</i>	150			12,00	48,00	23/3
	<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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	8,98	14,72	76,13	472,81	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	<i>Пирожок с яйцом и с луком</i>	70	11,00	9,00	37,00	273,00	122/0
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	15,68	13,15	43,39	354,59	
УЖИН							
	<i>Картофель отварной с луком</i>	130	3,00	4,00	22,00	133,00	20/5
	<i>Оладьи из печени по- кунцевски</i>	70	14,00	7,00	7,00	143,00	20/3
	<i>Чай полусладкий</i>	180			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
	ИТОГО ЗА УЖИН	420	19,52	11,03	54,21	394,11	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1645	55,00	53,00	232,00	1626,00	