

Утверждаю:
Директор _____ Е.Н. Дорохина

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

9 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>Кофейный напиток с молоком</i>	200	3,00	11,00	13,00	163,00	10/3
	<i>Икра кабачковая</i>	40	1,00	3,00	3,00	37,00	3/12
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	150		3,00		26,00	6/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	31	2,00	5,00	13,00	105,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	421	5,73	21,53	28,65	331,21	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100	1,00		10,00	43,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
ОБЕД							
	<i>Свекла ломтиком</i>	50	1,00		5,00	25,00	5/1
	<i>Суп рыбный</i>	180	5,00	2,00	10,00	81,00	41/1
	<i>Слоёные голубцы с мясом</i>	200	13,00	15,00	14,00	249,00	31/2
	<i>Компот из яблок с лимоном</i>	200			13,00	53,00	17/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	23,68	18,50	67,53	531,10	
ПОЛДНИК							
	<i>Кефир</i>	180	5,00	6,00	7,00	102,00	420/9
	<i>Груша</i>	80			8,00	36,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	5,54	6,00	15,44	137,92	
УЖИН							
	<i>Салат из тушеной моркови с чесноком</i>	60	1,00	5,00	4,00	67,00	43/4
	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	155	17,00	24,00	3,00	295,00	110/1
	<i>Чай полусладкий</i>	200			8,00	32,00	6/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<i>Мармелад</i>	15					
	ИТОГО ЗА УЖИН	480	21,29	30,05	40,33	516,80	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1941	57,00	76,00	162,00	1560,00	