

Утверждаю:
Директор _____ Е.Н. Дорохина

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

20 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	13,00	99,00	7/3
	<i>Каша пшеничная молочная</i>	150	2,00	2,00	16,00	95,00	8/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	7,21	10,45	39,10	279,21	
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>-Огурцы соленые</i>	40			1,00	4,00	78*/8
	<i>Борщ</i>	150	2,00	4,00	10,00	88,00	25/3
	<i>-Жаркое с субпродуктами</i>	160	14,00	9,00	26,00	243,00	374/3
	<i>Компот из мандарин</i>	150			9,00	37,00	15/0
	<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	19,39	14,56	65,56	470,64	
ПОЛДНИК							
	<i>Гребешок с повидлом</i>	60	6,00	5,00	43,00	240,00	13/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	240	5,97	4,93	48,04	260,21	
УЖИН							
	<i>Икра кабачковая</i>	30		2,00	2,00	28,00	3/12
	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	125	14,00	21,00	1,00	247,00	110/1
	<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	375	17,32	23,57	27,95	393,17	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1610	50,00	54,00	197,00	1471,00	