

Утверждаю:  
Директор \_\_\_\_\_ Е.Н. Дорохина

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

19 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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Какао с молоком	200	4,00	4,00	12,00	98,00	7/3
	Каша пшённая молочная	200	6,00	7,00	27,00	200,00	4/1
	Батон с сгущенным молоком	35	3,00	1,00	21,00	110,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>435</b>	<b>12,97</b>	<b>12,91</b>	<b>59,96</b>	<b>407,74</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок	100	1,00		10,00	43,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,30</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	помидоры соленные	50	1,00		2,00	12,00	15/7
	Суп рисовый с чесноком	180	2,00	4,00	14,00	92,00	60/2
	Сложный гарнир	130	3,00	4,00	13,00	102,00	12/0
	Печень в сметанном соусе	80	12,00	7,00	5,00	128,00	39/2
	Компот из свежих яблок и груш	180			12,00	50,00	24/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>670</b>	<b>21,00</b>	<b>15,59</b>	<b>70,86</b>	<b>507,53</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Молоко кипяченое	180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	Печенье в пачках	20	1,00	3,00	14,00	90,00	
	Мандарины	85	1,00		6,00	30,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>285</b>	<b>7,18</b>	<b>9,29</b>	<b>28,54</b>	<b>226,47</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Салат из белокочанной капусты с огурцом	50	1,00	3,00	3,00	39,00	2/1
	Рыба, запеченная в сметане с картофелем	200	19,00	6,00	29,00	242,00	114/2
	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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>480</b>	<b>23,57</b>	<b>9,35</b>	<b>63,42</b>	<b>431,88</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1970</b>	<b>65,00</b>	<b>47,00</b>	<b>233,00</b>	<b>1617,00</b>	