

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

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

17 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>							
	<i>Кофейный напиток на молоке</i>	200	6,00	6,00	20,00	162,00	11/3
	<i>Каша "Дружба"</i>	200	5,00	7,00	26,00	189,00	2/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	31	2,00	5,00	13,00	105,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>431</b>	<b>13,38</b>	<b>18,57</b>	<b>58,70</b>	<b>455,34</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	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>							
	<i>Салат из свежих огурцов с луком</i>	60		4,00	1,00	44,00	16/2
	<i>Суп гороховый с гречками</i>	200	13,00	8,00	29,00	238,00	19/1
	<i>-Картофельное пюре</i>	130	3,00	4,00	19,00	127,00	339/9
	<i>Гуляш мясной</i>	80	12,00	14,00	4,00	187,00	16/3
	<i>-Напиток ягодный из черной смородины</i>	180			11,00	45,00	390/9
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>675</b>	<b>30,61</b>	<b>30,88</b>	<b>76,62</b>	<b>706,63</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Ряженка</i>	180	5,00	5,00	8,00	92,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	70			7,00	31,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>5,50</b>	<b>4,78</b>	<b>14,42</b>	<b>122,70</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат "Осенний"</i>	140	4,00	13,00	23,00	222,00	22/9
	<i>Пирожок печеный с капустой</i>	80	6,00	6,00	37,00	229,00	12/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			7,00	28,00	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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>450</b>	<b>13,88</b>	<b>19,85</b>	<b>92,02</b>	<b>602,06</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1906</b>	<b>64,00</b>	<b>74,00</b>	<b>252,00</b>	<b>1930,00</b>	