

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

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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>	180	5,00	5,00	15,00	123,00	11/3
	<i>Каша "Дружба"</i>	150	5,00	6,00	22,00	162,00	2/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>355</b>	<b>10,99</b>	<b>15,12</b>	<b>47,59</b>	<b>370,34</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			16,00	68,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,30</b>	<b>0,20</b>	<b>16,30</b>	<b>68,20</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из свежих огурцов с луком</i>	40		3,00	1,00	32,00	16/2
	<i>Суп гороховый с гречками</i>	150	10,00	5,00	21,00	172,00	19/1
	<i>-Картофельное пюре</i>	110	2,00	4,00	16,00	107,00	339/9
	<i>Гуляш мясной</i>	60	10,00	10,00	3,00	144,00	16/3
	<i>-Напиток ягодный из черной смородины</i>	150			8,00	35,00	390/9
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>24,32</b>	<b>23,26</b>	<b>59,05</b>	<b>542,62</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Ряженка</i>	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	60			6,00	27,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>4,88</b>	<b>4,24</b>	<b>12,60</b>	<b>108,08</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат "Осенний"</i>	120	4,00	12,00	22,00	208,00	22/9
	<i>Пирожок печеный с капустой</i>	60	5,00	4,00	26,00	161,00	12/1
	<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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>11,24</b>	<b>16,63</b>	<b>73,34</b>	<b>487,83</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1605</b>	<b>52,00</b>	<b>59,00</b>	<b>209,00</b>	<b>1577,00</b>	