

Утверждаю:
Директор _____ Е.Н. Дорохина

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

16 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>Каша рисовая молочная</i>	200	2,00	3,00	22,00	121,00	11/1
	<i>Чай полусладкий</i>	200			8,00	32,00	6/3
	<i>Батон с маслом сливочным, сыром</i>	46	6,00	9,00	13,00	157,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	446	7,48	12,19	42,60	310,01	
10 ЧАСОВ							
	<i>Яблоки</i>	100			10,00	44,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	
ОБЕД							
	<i>Салат "Зимний"</i>	60	1,00	4,00	6,00	66,00	21/2
	<i>Суп с мучными клецками</i>	180	7,00	8,00	17,00	166,00	37/1
	<i>Бигус с мясом</i>	220	16,00	15,00	13,00	254,00	9/2
	<i>Компот из шиповника с лимоном</i>	180			12,00	52,00	30/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	28,19	28,58	72,94	661,50	
ПОЛДНИК							
	<i>Кефир</i>	180	5,00	6,00	7,00	102,00	420/9
	<i>Печенье песочное</i>	70	7,00	8,00	51,00	305,00	13/2
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	12,66	13,82	57,94	406,73	
УЖИН							
	<i>Яйцо отварное</i>	1	5,00	5,00		63,00	327/1
	<i>Рагу овощное со сметаной</i>	220	4,00	7,00	23,00	173,00	18/2
	<i>Чай полусладкий</i>	180			6,00	24,00	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
	ИТОГО ЗА УЖИН	451	13,38	12,54	54,17	382,90	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1937	62,00	68,00	237,00	1806,00	