

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

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>Каша рисовая молочная</i>	150	1,00	2,00	17,00	92,00	11/1
	<i>Чай полусладкий</i>	150			5,00	20,00	6/3
	<i>Батон с маслом сливочным, сыром</i>	35	4,00	7,00	10,00	120,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>5,38</b>	<b>9,22</b>	<b>31,97</b>	<b>232,28</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Яблоки</i>	100			10,00	44,00	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>44,40</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат "Зимний"</i>	40	1,00	3,00	4,00	48,00	21/2
	<i>Суп с мучными клецками</i>	150	6,00	7,00	15,00	145,00	37/1
	<i>Бигус с мясом</i>	180	13,00	12,00	9,00	197,00	9/2
	<i>Компот из шиповника с лимоном</i>	150			11,00	46,00	30/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>560</b>	<b>23,10</b>	<b>22,86</b>	<b>59,09</b>	<b>534,32</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Кефир</i>	160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	<i>Печенье песочное</i>	50	6,00	6,00	41,00	243,00	13/2
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>210</b>	<b>10,69</b>	<b>10,90</b>	<b>46,60</b>	<b>327,17</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Яйцо отварное</i>	1	5,00	5,00		63,00	327/1
	<i>Рагу овощное со сметаной</i>	180	4,00	5,00	21,00	145,00	18/2
	<i>Чай полусладкий</i>	150			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>371</b>	<b>12,07</b>	<b>10,37</b>	<b>46,12</b>	<b>325,96</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1576</b>	<b>52,00</b>	<b>54,00</b>	<b>194,00</b>	<b>1464,00</b>	