

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

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

25 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 с молоком</i>	180			8,00	35,00	10/3
	<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	150	2,00	2,00	15,00	86,00	15/1
	<i>Батон с сгущенным молоком</i>	25	2,00	1,00	16,00	82,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>355</b>	<b>4,15</b>	<b>3,51</b>	<b>38,68</b>	<b>202,81</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 белокочанной капусты с морковью</i>	40	1,00	2,00	4,00	37,00	21/9
	<i>Свекольник с отварной свеклой</i>	150	2,00	4,00	12,00	94,00	34/8
	<i>печень тушеная с гречневой крупой</i>	160	15,00	7,00	32,00	246,00	22/1
	<i>Компот из чернослива</i>	150			18,00	77,00	15/2
	<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 ОБЕД</b>	<b>540</b>	<b>21,38</b>	<b>13,87</b>	<b>85,72</b>	<b>552,94</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Молоко кипяченое</i>	150					255/1
	<i>Печенье в пачках</i>	20	1,00	3,00	14,00	90,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>170</b>	<b>1,28</b>	<b>3,36</b>	<b>13,70</b>	<b>90,16</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат из зеленого горошка</i>	30	1,00	3,00	3,00	42,00	6/4
	<i>Картофель отварной с луком</i>	130	3,00	4,00	25,00	148,00	20/5
	<i>Рыба, тушеная в сметане</i>	50	13,00	3,00	3,00	91,00	139/1
	<i>Чай полусладкий</i>	150			4,00	17,00	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>20,13</b>	<b>10,78</b>	<b>54,90</b>	<b>396,90</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1565</b>	<b>47,00</b>	<b>32,00</b>	<b>209,00</b>	<b>1311,00</b>	