

Утверждаю:
Директор _____ Е.Н. Дорохина

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

24 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							
	Какао с молоком	200			9,00	39,00	7/3
	Каша гречневая на молоке	200	3,00	4,00	19,00	119,00	4/1
	Батон с маслом сливочным, сыром	46	6,00	9,00	14,00	164,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	446	9,57	13,26	41,40	323,23	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100	1,00		10,00	44,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,51	0,10	10,34	44,33	
ОБЕД							
	Салат из томатов в с/с	60	1,00	4,00	2,00	49,00	31/1
	Суп овощной	180	2,00	6,00	11,00	104,00	35/3
	Картофельно-гороховое пюре	150	9,00	4,00	27,00	184,00	21/1
	-Рыба припущенная	80	18,00	1,00		77,00	259/9
	-Напиток ягодный из черной смородины	180			11,00	45,00	390/9
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	12,00	62,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	33,53	15,64	76,25	579,56	
ПОЛДНИК							
	Ряженка	180	6,00	5,00	8,00	99,00	420/9
	-Булочка "Нежная"	70	5,00	11,00	43,00	293,00	579/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11,03	15,79	51,50	392,27	
УЖИН							
	Плов сладкий	200	6,00	9,00	73,00	400,00	12/2
	Чай без сахара	180					4/1
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	66,00	116/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	430	9,96	10,26	98,16	524,79	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1926	65,00	55,00	278,00	1864,00	