

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

24 Января 2025г.

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>Какао с молоком</i>	180	4,00	4,00	12,00	95,00	7/3
	<i>Каша пшеничная молочная</i>	150	5,00	6,00	21,00	160,00	8/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	10,40	13,97	43,27	340,34	
10 ЧАСОВ							
	<i>Бананы</i>	100	2,00		19,00	84,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1,50	0,10	19,20	83,70	
ОБЕД							
	<i>Салат из белокачанной капусты, с огурцом и помидорами</i>	40	1,00	3,00	2,00	37,00	52/3
	<i>Рассольник</i>	150	2,00	4,00	11,00	90,00	50/2
	<i>Рагу из курицы</i>	160	22,00	7,00	19,00	225,00	1/0
	<i>Компот из изюма</i>	150			12,00	48,00	23/3
	<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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	27,51	14,89	63,63	498,56	
ПОЛДНИК							
	<i>Кефир</i>	160	4,00	5,00		61,00	420/9
	<i>Груша</i>	60			6,00	27,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	4,59	4,98	6,18	87,90	
УЖИН							
	<i>Икра кабачковая</i>	30		2,00	2,00	28,00	3/12
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	110		2,00		17,00	6/1
	<i>Хлебец печеночный</i>	60	12,00	7,00	7,00	142,00	/0
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<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
	ИТОГО ЗА УЖИН	420	15,98	11,45	34,44	304,69	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1635	60,00	45,00	167,00	1315,00	