

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

23 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>Кофейный напиток с молоком</i>	180	4,00	4,00	13,00	99,00	10/3
	<i>Каша кукурузная молочная</i>	150	5,00	6,00	25,00	173,00	8/1
	<i>Батон с сгущенным молоком</i>	25	2,00	1,00	16,00	82,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	10,86	10,77	53,30	353,52	
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>-Помидоры свежие</i>	40			2,00	9,00	112/3
	<i>Суп "Рябчик"</i>	150	2,00	4,00	8,00	75,00	18/5
	<i>Слоёные голубцы с мясом</i>	160	12,00	13,00	13,00	221,00	31/2
	<i>Компот из шиповника</i>	150			11,00	46,00	29/3
	<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	18,30	17,90	53,95	449,91	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>-Булочка "Нежная"</i>	60	4,00	8,00	35,00	229,00	579/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	9,86	14,41	36,79	316,20	
УЖИН							
	<i>Оладьи из печени по- кунцевски</i>	70	14,00	7,00	7,00	143,00	20/3
	<i>Картофель отварной с луком</i>	130	3,00	4,00	22,00	133,00	20/5
	<i>Чай с лимоном</i>	180			7,00	29,00	19/3
	<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	19,59	11,04	56,45	403,41	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1635	59,00	55,00	210,00	1567,00	