

Утверждаю:
и.о.Директора _____ Ганичева А.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

22 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>	200	4,00	5,00	15,00	121,00	7/3
	<i>Каша овсяная "Геркулес" молочная</i>	200	6,00	8,00	22,00	178,00	9/1
	<i>Печенье в пачках</i>	25	2,00	4,00	17,00	113,00	
	<i>Масло сливочное</i>	6		4,00		40,00	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	431	11,68	21,01	53,92	451,47	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100	1,00		10,00	43,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
ОБЕД							
	<i>Салат из огурцов и помидоров</i>	50		3,00	2,00	40,00	12/2
	<i>Борщ</i>	180	2,00	4,00	12,00	95,00	25/3
	<i>-Картофельное пюре</i>	130	3,00	4,00	19,00	129,00	339/9
	<i>Бефстроганов из печени</i>	100	15,00	8,00	9,00	171,00	21/3
	<i>-Напиток ягодный из черной смородины</i>	180			11,00	45,00	390/9
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	68,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	56,00	114/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	24,79	21,49	77,79	603,54	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	180	6,00	7,00	2,00	96,00	45*/0
	<i>Апельсины</i>	70	1,00		6,00	26,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	6,83	7,23	7,62	122,82	
УЖИН							
	<i>Салат из моркови тушеной с чесноком</i>	60	1,00	4,00	5,00	62,00	35/2
	<i>Рыба, запеченная в омлете</i>	180	26,00	14,00	9,00	270,00	5/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<i>Конфеты</i>	15			2,00	12,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	485	30,74	19,80	46,43	486,70	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1956	75,00	70,00	196,00	1708,00	