

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

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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>	180	4,00	4,00	13,00	99,00	7/3
	<i>Каша овсяная "Геркулес" молочная</i>	150	5,00	7,00	18,00	154,00	9/1
	<i>Печенье в пачках</i>	25	2,00	4,00	17,00	113,00	
	<i>Масло сливочное</i>	5		4,00		33,00	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	10,28	18,29	48,17	398,25	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			16,00	68,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ОБЕД							
	<i>Салат из огурцов и помидоров</i>	30		2,00	1,00	26,00	12/2
	<i>Борщ</i>	150	2,00	4,00	10,00	88,00	25/3
	<i>-Картофельное пюре</i>	110	2,00	4,00	16,00	107,00	339/9
	<i>Бефстроганов из печени</i>	80	13,00	6,00	7,00	132,00	21/3
	<i>-Напиток ягодный из черной смородины</i>	150			8,00	35,00	390/9
	<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	560	21,13	16,90	62,42	486,14	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Яблоки</i>	60			6,00	27,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	5,84	6,64	7,64	113,68	
УЖИН							
	<i>Салат из моркови тушеной с чесноком</i>	40	1,00	3,00	3,00	44,00	35/2
	<i>Рыба, запеченная в омлете</i>	150	17,00	8,00	6,00	162,00	5/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	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
	<i>Конфеты</i>	15			2,00	12,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	425	20,61	12,05	36,32	336,01	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1665	58,00	54,00	171,00	1402,00	