

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

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

21 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>	200	3,00	3,00	13,00	91,00	10/3
	<i>Каша ячневая молочная</i>	200	5,00	7,00	23,00	174,00	13/1
	<i>Батон с джемом</i>	40	2,00	1,00	21,00	98,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	440	10,06	10,44	56,92	361,87	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100	1,00		11,00	45,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,52	0,10	10,56	45,29	
ОБЕД							
	<i>Салат из тушеного перца</i>	50		3,00	3,00	43,00	36/4
	<i>Щи со свежей капустой</i>	180	2,00	5,00	10,00	94,00	56/3
	<i>-Плов из курицы</i>	200	4,00	12,00	39,00	278,00	321/9
	<i>Компот из сухих фруктов</i>	180			8,00	32,00	20/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		13,00	60,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	10,00	51,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	660	10,17	21,05	82,03	558,11	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	180	5,00	4,00	7,00	91,00	420/9
	<i>Бананы</i>	70	1,00		13,00	59,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	6,21	4,52	20,92	149,18	
УЖИН							
	<i>-Винегрет овощной</i>	130	2,00	13,00	10,00	167,00	82/3
	<i>Расстегай с рыбой</i>	70	15,00	4,00	37,00	248,00	312/1
	<i>Чай полусладкий</i>	200			7,00	28,00	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
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	20,27	18,68	79,06	565,38	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1900	47,00	55,00	249,00	1680,00	