

Утверждаю:  
и.о.Директора \_\_\_\_\_ Ганичева А.В.

## Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180	3,00	4,00	12,00	96,00	10/3
	<i>Каша ячневая молочная</i>	150	5,00	6,00	21,00	151,00	13/1
	<i>Батон с джемом</i>	30	2,00	1,00	16,00	75,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>360</b>	<b>9,70</b>	<b>9,78</b>	<b>48,81</b>	<b>322,07</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			16,00	68,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,30</b>	<b>0,20</b>	<b>16,30</b>	<b>68,20</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из тушеного перца</i>	30		2,00	2,00	29,00	36/4
	<i>Щи со свежей капустой</i>	150	2,00	4,00	11,00	89,00	56/3
	<i>-Плов из курицы</i>	160	3,00	6,00	32,00	200,00	321/9
	<i>Компот из сухих фруктов</i>	150			7,00	29,00	20/3
	<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
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>8,88</b>	<b>14,01</b>	<b>71,43</b>	<b>447,05</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Ряженка</i>	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	<i>Бананы</i>	60	1,00		12,00	50,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>5,54</b>	<b>4,06</b>	<b>18,24</b>	<b>131,66</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>-Винегрет овощной</i>	120	2,00	12,00	9,00	152,00	82/3
	<i>Расстегай с рыбой</i>	60	13,00	3,00	30,00	200,00	312/1
	<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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>17,15</b>	<b>16,40</b>	<b>63,61</b>	<b>470,35</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1610</b>	<b>42,00</b>	<b>44,00</b>	<b>218,00</b>	<b>1439,00</b>	