

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

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

20 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							
	Какао с молоком	200			10,00	43,00	7/3
	Каша манная молочная	180	2,00	3,00	18,00	106,00	7/1
	Батон с маслом сливочным	31	2,00	7,00	14,00	127,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	411	4,39	9,95	42,32	276,38	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100	1,00		11,00	45,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,53	0,11	10,61	45,49	
ОБЕД							
	-Салат витаминный	60	1,00	6,00	3,00	71,00	5/3
	Свекольник с отварной свеклой	180	2,00	5,00	11,00	99,00	34/8
	Макаронные изделия с маслом	130		3,00		23,00	6/1
	Котлеты, биточки (говяжьи), запеченные в томатном соусе.	70	16,00	14,00	6,00	215,00	4/3
	Компот из апельсинов, сухофруктов или чернослива	180			10,00	40,00	14/2
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	12,00	63,00	116/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	58,00	114/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	22,88	29,16	53,96	569,58	
ПОЛДНИК							
	Кефир	180	5,00	4,00	7,00	90,00	420/9
	Груша	70			7,00	32,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	5,44	4,65	14,68	122,34	
УЖИН							
	Яйцо отварное	1	5,00	5,00		63,00	327/1
	Рагу овощное со сметаной	200	4,00	6,00	21,00	156,00	18/2
	Чай полусладкий	180			7,00	28,00	6/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	431	12,91	11,88	52,77	369,61	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1862	46,00	56,00	174,00	1383,00	