

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

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>Какао с молоком</i>	180			7,00	31,00	7/3
	<i>Каша манная молочная</i>	150	2,00	2,00	15,00	86,00	7/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>355</b>	<b>3,35</b>	<b>6,69</b>	<b>32,06</b>	<b>201,75</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 витаминный</i>	40		4,00	2,00	47,00	5/3
	<i>Свекольник с отварной свеклой</i>	150	2,00	4,00	12,00	94,00	34/8
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	110		2,00		17,00	6/1
	<i>Котлеты, биточки (говяжьи), запеченные в томатном соусе.</i>	50	9,00	8,00	3,00	118,00	4/3
	<i>Компот из апельсинов, сухофруктов или чернослива</i>	150			8,00	35,00	14/2
	<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
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>540</b>	<b>14,45</b>	<b>19,01</b>	<b>45,28</b>	<b>409,79</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Кефир</i>	160	4,00	4,00	6,00	76,00	420/9
	<i>Груша</i>	60			6,00	27,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>4,59</b>	<b>3,93</b>	<b>12,48</b>	<b>103,65</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Яйцо отварное</i>	1	5,00	5,00		63,00	327/1
	<i>Рагу овощное со сметаной</i>	160	3,00	4,00	17,00	122,00	18/2
	<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>381</b>	<b>11,44</b>	<b>9,81</b>	<b>42,30</b>	<b>303,20</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1596</b>	<b>34,00</b>	<b>40,00</b>	<b>148,00</b>	<b>1087,00</b>	