

Утверждаю:  
Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

31 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>Чай полусладкий</i>	180			7,00	28,00	6/3
	<i>Каша молочная из разных круп</i>	180	5,00	4,00	23,00	146,00	18/1
	<i>Батон с сгущенным молоком</i>	35	3,00	1,00	20,00	106,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>395</b>	<b>7,97</b>	<b>5,16</b>	<b>50,41</b>	<b>279,83</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100	1,00		11,00	45,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,52</b>	<b>0,10</b>	<b>10,54</b>	<b>45,21</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Свекла ломтиком</i>	50	1,00		5,00	25,00	5/1
	<i>Суп рисовый с чесноком</i>	180	2,00	2,00	13,00	83,00	60/2
	<i>-Жаркое с субпродуктами</i>	200	3,00	5,00	25,00	154,00	374/3
	<i>Компот из свежих груш</i>	180			10,00	43,00	25/1
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	12,00	61,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>660</b>	<b>9,68</b>	<b>8,10</b>	<b>78,13</b>	<b>424,11</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Кефир</i>	180	5,00	6,00	7,00	102,00	
	<i>Яблоки</i>	70			7,00	31,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>5,50</b>	<b>6,04</b>	<b>14,06</b>	<b>132,60</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>-Винегрет овощной</i>	130	2,00	12,00	10,00	158,00	82/3
	<i>Пирожок печеный с капустой</i>	80	6,00	4,00	37,00	206,00	12/1
	<i>Чай полусладкий</i>	200			7,00	28,00	6/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>460</b>	<b>11,57</b>	<b>17,31</b>	<b>78,40</b>	<b>515,41</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1865</b>	<b>35,00</b>	<b>37,00</b>	<b>232,00</b>	<b>1397,00</b>	