

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли 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>	150			4,00	17,00	6/3
	<i>Каша молочная из разных круп</i>	150	5,00	7,00	22,00	171,00	18/1
	<i>Батон с сгущенным молоком</i>	25	3,00	1,00	22,00	114,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>325</b>	<b>8,55</b>	<b>8,04</b>	<b>48,74</b>	<b>301,61</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>Свекла ломтиком</i>	30	1,00		5,00	23,00	5/1
	<i>Суп рисовый с чесноком</i>	150	2,00	2,00	12,00	76,00	60/2
	<i>-Жаркое с субпродуктами</i>	160	2,00	3,00	19,00	116,00	374/3
	<i>Компот из свежих груш</i>	150			9,00	37,00	25/1
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	3,00		17,00	79,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>8,98</b>	<b>6,67</b>	<b>71,65</b>	<b>382,53</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Кефир</i>	160	5,00	5,00	6,00	90,00	
	<i>Яблоки</i>	60			6,00	27,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>4,88</b>	<b>5,36</b>	<b>12,28</b>	<b>116,88</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>-Винегрет овощной</i>	120	2,00	12,00	9,00	152,00	82/3
	<i>Пирожок печеный с капустой</i>	60	5,00	3,00	26,00	148,00	12/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	3,00		19,00	90,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>10,54</b>	<b>15,97</b>	<b>69,26</b>	<b>462,78</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1575</b>	<b>33,00</b>	<b>36,00</b>	<b>218,00</b>	<b>1332,00</b>	