

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

30 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 | | | | | | | |
| | <i>Какао с молоком</i> | 200 | 4,00 | 4,00 | 15,00 | 112,00 | 7/3 |
| | <i>Каша манная молочная</i> | 200 | 5,00 | 5,00 | 25,00 | 170,00 | 7/1 |
| | <i>Батон с маслом сливочным</i> | 31 | 2,00 | 3,00 | 12,00 | 81,00 | /1 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 431 | 11,11 | 12,34 | 51,93 | 363,09 | |
| 10 ЧАСОВ | | | | | | | |
| | <i>Сок</i> | 100 | 1,00 | | 11,00 | 47,00 | 1/1 |
| | ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ | 100 | 0,54 | 0,11 | 10,87 | 46,59 | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| | <i>-Помидоры свежие</i> | 50 | 1,00 | | 2,00 | 13,00 | 112/3 |
| | <i>Суп с мучными клецками</i> | 180 | 3,00 | 3,00 | 17,00 | 108,00 | 37/1 |
| | <i>Пюре из гороха с маслом</i> | 130 | 11,00 | 3,00 | 22,00 | 153,00 | 7/1 |
| | <i>Гуляш мясной</i> | 80 | 10,00 | 10,00 | 4,00 | 147,00 | 16/3 |
| | <i>Компот из сухих фруктов</i> | 180 | | | 6,00 | 26,00 | 20/3 |
| | <i>-Хлеб столичный</i> | 25 | 2,00 | 1,00 | 12,00 | 63,00 | 116/3 |
| | <i>-Хлеб пшеничный</i> | 25 | 2,00 | | 12,00 | 59,00 | 114/3 |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 670 | 28,49 | 17,17 | 75,13 | 569,06 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| | <i>Йогурт</i> | 180 | 6,00 | 7,00 | 2,00 | 98,00 | 45*/0 |
| | <i>Крендель в сахаре</i> | 70 | 6,00 | 5,00 | 39,00 | 230,00 | 5/3 |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 250 | 12,33 | 12,69 | 41,20 | 328,21 | |
| УЖИН | | | | | | | |
| | <i>Яблоки</i> | 60 | | | 6,00 | 27,00 | |
| | <i>Творог, припущенный (запеченный) со сметаной</i> | 150 | 19,00 | 10,00 | 13,00 | 216,00 | 14/1 |
| | <i>Чай без сахара</i> | 200 | | | | | 4/1 |
| | <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 |
| | ИТОГО ЗА УЖИН | 460 | 22,83 | 11,16 | 43,51 | 365,84 | |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1911 | 75,00 | 53,00 | 223,00 | 1673,00 | |