

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

28 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>	180	4,00	4,00	13,00	99,00	7/3
	<i>Каша "Дружба"</i>	150	5,00	6,00	22,00	162,00	2/1
	<i>Батон с сгущенным молоком</i>	25	2,00	1,00	16,00	82,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	10,62	10,97	50,22	342,07	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			17,00	71,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,31	0,21	16,88	70,63	
ОБЕД							
	<i>Салат из белокочанной капусты с морковью и сладким перцем</i>	40	1,00	2,00	3,00	32,00	4/1
	<i>Суп с домашней лапшой (без картофеля)</i>	150	2,00	3,00	12,00	82,00	47/3
	<i>Азу с чесноком и картофелем</i>	160	10,00	9,00	13,00	175,00	14/3
	<i>Компот из кураги</i>	150	1,00		11,00	47,00	23/3
	<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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	16,60	14,84	58,59	434,18	
ПОЛДНИК							
	<i>Снежок</i>	160	4,00	3,00	14,00	102,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	60			6,00	27,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	3,84	3,57	20,28	128,63	
УЖИН							
	<i>Салат грушево-яблочный с сахаром</i>	30			4,00	19,00	33/7
	<i>Подлив сметанный сладкий</i>	30		2,00	4,00	37,00	10/2
	<i>Пудинг творожный</i>	130	26,00	10,00	18,00	265,00	10/3
	<i>Чай без сахара</i>	180					4/1
	<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
	ИТОГО ЗА УЖИН	410	28,97	13,30	46,02	419,62	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1625	60,00	43,00	192,00	1395,00	