

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

27 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>Каша ячневая молочная</i>	150	5,00	6,00	21,00	157,00	13/1
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180	4,00	4,00	13,00	99,00	10/3
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	10,16	13,87	44,00	341,38	
10 ЧАСОВ							
	<i>Яблоки</i>	100			10,00	44,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	
ОБЕД							
	<i>-Огурцы соленые</i>	40			1,00	4,00	78*/8
	<i>Суп картофельный с болгарским перцем</i>	150	1,00	3,00	9,00	66,00	46/4
	<i>Картофельно-гороховое пюре</i>	110	6,00	3,00	18,00	123,00	21/1
	<i>Ласточкино гнездо</i>	60	11,00	10,00	2,00	146,00	29/1
	<i>Компот из брусники (клюквы) и яблок</i>	150			9,00	39,00	18/3
	<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	550	22,01	17,03	58,96	477,05	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Хачапури</i>	55	8,00	8,00	24,00	196,00	11/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	215	13,63	14,00	25,66	283,14	
УЖИН							
	<i>Огурец порционный</i>	40			1,00	5,00	46*/1
	<i>Рыба, тушеная в сметане</i>	50	9,00	3,00	3,00	73,00	139/1
	<i>Капуста тушеная с томатом</i>	120	2,00	2,00	7,00	60,00	10/1
	<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	2,00		10,00	47,00	114/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	430	15,17	5,88	35,71	256,41	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1650	61,00	51,00	174,00	1402,00	