

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

5 Февраля 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	3,00	3,00	10,00	82,00	7/3
	<i>Каша овсяная "Геркулес" молочная</i>	150	5,00	6,00	18,00	148,00	9/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	9,45	13,87	38,14	315,11	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			16,00	68,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ОБЕД							
	<i>-Салат витаминный</i>	30		3,00	2,00	36,00	5/3
	<i>Свекольник с отварной свеклой</i>	150	2,00	4,00	12,00	88,00	34/8
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	110		1,00		10,00	6/1
	<i>Язык говяжий в томатном соусе</i>	50		2,00	2,00	29,00	2/1
	<i>-Напиток ягодный из черной смородины</i>	150			6,00	27,00	390/9
	<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	530	5,94	10,68	42,02	287,98	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Гребешок с повидлом</i>	60	6,00	4,00	41,00	226,00	13/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	11,33	10,82	42,58	312,82	
УЖИН							
	<i>Салат из огурцов и помидоров</i>	30		2,00	1,00	26,00	12/2
	<i>Рыба, тушеная с картофелем</i>	160	14,00	2,00	19,00	149,00	141/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	410	17,09	5,00	44,98	293,32	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1615	44,00	41,00	184,00	1277,00	