

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

4 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>Кофейный напиток с молоком</i>	200	4,00	5,00	17,00	126,00	10/3
	<i>Каша ячневая молочная</i>	180	5,00	6,00	23,00	170,00	13/1
	<i>Батон с джемом</i>	40	2,00	1,00	22,00	101,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	420	11,47	11,59	61,78	397,27	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			10,00	43,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,49	0,10	9,98	42,80	
ОБЕД							
	<i>-Огурцы свежие</i>	50			1,00	7,00	112/3
	<i>Суп гороховый с гречками</i>	180	9,00	2,00	27,00	164,00	19/1
	<i>Куриное рагу с картофелем</i>	200	4,00	4,00	28,00	157,00	2/2
	<i>Компот из сухих фруктов</i>	180			6,00	26,00	20/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	11,00	56,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	635	14,71	6,75	72,69	410,38	
ПОЛДНИК							
	<i>Снежок</i>	180	4,00	3,00	15,00	105,00	420/9
	<i>Ряженка</i>	180	5,00	5,00	8,00	92,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	70			7,00	31,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	430	9,21	8,21	29,25	227,75	
УЖИН							
	<i>Сладкий молочный подлив из крахмала</i>	40	1,00	1,00	6,00	43,00	8/3
	<i>Пудинг творожный с курагой (изюмом)</i>	150	29,00	11,00	22,00	303,00	9/3
	<i>Чай без сахара</i>	200					4/1
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		11,00	53,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<i>Печенье в пачках</i>	20	1,00	3,00	14,00	90,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	460	35,70	16,54	65,44	553,25	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2045	72,00	43,00	239,00	1631,00	