

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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>	180	4,00	4,00	12,00	95,00	10/3
	<i>Каша ячневая молочная</i>	150	5,00	13,00	21,00	224,00	13/1
	<i>Батон с джемом</i>	30	2,00	1,00	16,00	75,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	10,23	17,60	48,65	393,91	
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>-Огурцы свежие</i>	30			1,00	5,00	112/3
	<i>Суп гороховый с гречками</i>	150	6,00	2,00	21,00	121,00	19/1
	<i>Куриное рагу с картофелем</i>	160	3,00	2,00	21,00	112,00	2/2
	<i>Компот из сухих фруктов</i>	150			5,00	21,00	20/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	510	11,14	4,01	57,72	311,41	
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>Сладкий молочный подлив из крахмала</i>	30	1,00	1,00	4,00	32,00	8/3
	<i>Пудинг творожный с курагой (изюмом)</i>	130	25,00	10,00	17,00	255,00	9/3
	<i>Чай без сахара</i>	180					4/1
	<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
	<i>Печенье в пачках</i>	20	1,00	3,00	14,00	90,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	29,96	14,87	55,48	475,62	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1590	55,00	40,00	198,00	1378,00	