

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

3 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	4,00	12,00	96,00	7/3
	<i>Каша молочная с тыквой</i>	150	2,00	2,00	22,00	118,00	16/1
	<i>Батон с сыром</i>	30	4,00	3,00	10,00	87,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	9,83	9,37	44,23	300,52	
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 из сладкого перца</i>	30		2,00	1,00	26,00	9/4
	<i>Суп овощной</i>	150	2,00	4,00	10,00	79,00	35/3
	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	110	5,00	2,00	24,00	138,00	1/1
	<i>Котлеты, биточки (говяжьи), запеченные в томатном соусе.</i>	60	10,00	10,00	4,00	143,00	4/3
	<i>Компот яблочный</i>	150			8,00	32,00	1/2
	<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	20,87	18,70	66,06	516,03	
ПОЛДНИК							
	<i>Снежок</i>	160	4,00	3,00	14,00	102,00	420/9
	<i>Мандарины</i>	60			5,00	21,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	4,08	3,45	18,90	122,99	
УЖИН							
	<i>Икра кабачковая</i>	30		2,00	2,00	28,00	3/12
	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	135	16,00	20,00	3,00	254,00	110/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			4,00	16,00	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	385	19,57	22,48	29,01	396,55	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1605	55,00	54,00	175,00	1404,00	