

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

14 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			8,00	35,00	10/3
	<i>Каша молочная из разных круп</i>	150	2,00	3,00	16,00	97,00	18/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	3,84	7,04	34,65	217,22	
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 тушеной моркови с чесноком</i>	30		2,00	3,00	33,00	43/4
	<i>Суп "Кудрявый"</i>	150	3,00	4,00	12,00	95,00	56/1
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	110		1,00		7,00	6/1
	<i>Язык говяжий в томатном соусе</i>	60		1,00	3,00	21,00	2/1
	<i>Компот из кураги и изюма</i>	150			13,00	53,00	2/2
	<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	7,79	8,67	49,81	308,30	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Яблоки</i>	60			6,00	27,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	5,84	6,64	7,64	113,68	
УЖИН							
	<i>Салат из консервированной кукурузы</i>	30	1,00	2,00	5,00	37,00	6/1
	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	135	15,00	22,00	1,00	261,00	110/1
	<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
	<i>Мармелад</i>	15					
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	18,74	24,46	30,35	416,48	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1615	37,00	47,00	139,00	1124,00	