

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

13 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 | | | 7,00 | 31,00 | 7/3 |
| | <i>Каша кукурузная молочная</i> | 150 | 2,00 | 2,00 | 20,00 | 108,00 | 8/1 |
| | <i>Батон с джемом</i> | 30 | 2,00 | 1,00 | 17,00 | 79,00 | /0 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 360 | 3,63 | 3,17 | 43,52 | 217,13 | |
| 10 ЧАСОВ | | | | | | | |
| | <i>Сок</i> | 100 | | | 17,00 | 72,00 | 1/1 |
| | ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ | 100 | 0,32 | 0,21 | 17,16 | 71,79 | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| | <i>-Огурцы свежие</i> | 30 | | | 1,00 | 3,00 | 112/3 |
| | <i>Суп рыбный</i> | 150 | 5,00 | | 11,00 | 68,00 | 41/1 |
| | <i>Бигус с мясом</i> | 160 | 13,00 | 10,00 | 8,00 | 173,00 | 9/2 |
| | <i>Компот из сухих фруктов</i> | 150 | | | 5,00 | 21,00 | 20/3 |
| | <i>-Хлеб столичный</i> | 20 | 3,00 | 1,00 | 18,00 | 91,00 | 116/3 |
| | <i>-Хлеб прибрежный</i> | 20 | 2,00 | | 10,00 | 48,00 | 4*/1 |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 530 | 23,01 | 11,58 | 52,18 | 405,05 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| | <i>Йогурт</i> | 160 | 6,00 | 6,00 | 2,00 | 87,00 | 45*/0 |
| | <i>Крендель в сахаре</i> | 50 | 6,00 | 4,00 | 38,00 | 210,00 | 5/3 |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 210 | 11,56 | 10,03 | 40,22 | 297,23 | |
| УЖИН | | | | | | | |
| | <i>Яблоки</i> | 60 | | | 6,00 | 27,00 | |
| | <i>Творог, припущенный (запеченный) со сметаной</i> | 130 | 20,00 | 10,00 | 13,00 | 224,00 | 14/1 |
| | <i>Чай без сахара</i> | 180 | | | | | 4/1 |
| | <i>-Хлеб столичный</i> | 20 | 2,00 | 1,00 | 10,00 | 52,00 | 116/3 |
| | <i>-Хлеб прибрежный</i> | 20 | 2,00 | | 10,00 | 48,00 | 4*/1 |
| | ИТОГО ЗА УЖИН | 410 | 23,54 | 11,49 | 38,34 | 350,90 | |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1610 | 62,00 | 36,00 | 191,00 | 1342,00 | |