

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

12 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			7,00	31,00	10/3
	<i>Каша овсяная "Геркулес" молочная</i>	150	2,00	3,00	13,00	89,00	9/1
	<i>Батон с сыром</i>	30	4,00	3,00	10,00	87,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	6,27	6,40	30,85	206,03	
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>Салат из томатов в с/с</i>	30		2,00	1,00	27,00	31/1
	<i>Борщ</i>	150	2,00	4,00	10,00	81,00	25/3
	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	110	5,00	2,00	24,00	139,00	1/1
	<i>Котлеты (биточки) куриные, запеченные в томатном соусе</i>	60	1,00	2,00	4,00	37,00	13/3
	<i>Компот яблочный</i>	150			9,00	35,00	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	11,89	10,97	68,13	418,62	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Груша</i>	60			6,00	27,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	5,84	6,58	7,94	114,34	
УЖИН							
	<i>Салат "Зимний"</i>	120	2,00	9,00	13,00	143,00	21/2
	<i>Расстегай с рыбой</i>	60	18,00	3,00	36,00	245,00	312/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	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	400	22,89	13,39	73,71	506,90	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1620	47,00	38,00	198,00	1318,00	