

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

10 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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>Каша манная молочная</i>	200	2,00	3,00	22,00	126,00	7/1
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180			9,00	39,00	10/3
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	31	2,00	5,00	14,00	109,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>411</b>	<b>4,81</b>	<b>8,32</b>	<b>44,87</b>	<b>273,53</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100	1,00		10,00	43,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,30</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из консервированных огурцов и томатов в с/с</i>	50	1,00	3,00	2,00	38,00	32/1
	<i>Щи из свежей капусты без картофеля</i>	180	1,00	3,00	4,00	50,00	55/1
	<i>Запеканка картофельная с отварным мясом</i>	200	14,00	14,00	23,00	275,00	12/3
	<i>Компот из кураги</i>	180	1,00		14,00	59,00	23/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	12,00	62,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	56,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>660</b>	<b>20,50</b>	<b>21,61</b>	<b>65,65</b>	<b>539,13</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Снежок</i>	180	3,00	3,00	14,00	97,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	80			8,00	36,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>260</b>	<b>3,74</b>	<b>3,49</b>	<b>21,53</b>	<b>132,51</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат из зеленого горошка</i>	50	2,00	4,00	4,00	59,00	6/4
	<i>Рыба, запеченная в омлете</i>	180	23,00	12,00	7,00	232,00	5/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			6,00	24,00	6/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>460</b>	<b>28,83</b>	<b>17,47</b>	<b>41,41</b>	<b>437,93</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1891</b>	<b>58,00</b>	<b>51,00</b>	<b>184,00</b>	<b>1426,00</b>	