

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли 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>	150	2,00	2,00	15,00	86,00	7/1
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	150			7,00	31,00	10/3
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	11,00	10,00	151,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>325</b>	<b>3,46</b>	<b>13,84</b>	<b>32,37</b>	<b>267,77</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			17,00	71,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,31</b>	<b>0,21</b>	<b>17,08</b>	<b>71,45</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из консервированных огурцов и томатов в с/с</i>	30		2,00	1,00	26,00	32/1
	<i>Щи из свежей капусты без картофеля</i>	150	1,00	3,00	4,00	52,00	55/1
	<i>Запеканка картофельная с отварным мясом</i>	160	12,00	10,00	20,00	220,00	12/3
	<i>Компот из кураги</i>	150	1,00		11,00	47,00	23/3
	<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
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>16,81</b>	<b>16,94</b>	<b>56,07</b>	<b>443,88</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Снежок</i>	150	4,00	3,00	14,00	102,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	70			7,00	31,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>3,88</b>	<b>3,61</b>	<b>21,26</b>	<b>133,07</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат из зеленого горошка</i>	30	1,00	3,00	3,00	42,00	6/4
	<i>Рыба, запеченная в омлете</i>	150	16,00	7,00	5,00	144,00	5/1
	<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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>20,32</b>	<b>10,40</b>	<b>32,63</b>	<b>305,24</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1575</b>	<b>45,00</b>	<b>45,00</b>	<b>159,00</b>	<b>1221,00</b>	