

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

20 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 пшеничная молочная</i>	150	2,00	2,00	16,00	95,00	8/1
	<i>Батон с сыром</i>	30	4,00	3,00	10,00	87,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	6,49	5,70	34,80	216,46	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			18,00	74,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,33	0,22	17,78	74,40	
ОБЕД							
	<i>Салат из тушеной моркови с чесноком</i>	30		2,00	3,00	33,00	43/4
	<i>Суп "Рябчик"</i>	150	2,00	3,00	8,00	73,00	18/5
	<i>Пюре из гороха с маслом</i>	110	8,00	2,00	16,00	112,00	7/1
	<i>Котлеты (биточки) куриные, запеченные в томатном соусе</i>	60	1,00	2,00	4,00	37,00	13/3
	<i>Компот из изюма</i>	150			13,00	52,00	23/3
	<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 ОБЕД	540	15,26	10,09	63,58	406,08	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	<i>Груша</i>	60			6,00	27,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	4,88	4,18	12,90	108,74	
УЖИН							
	<i>Сладкий молочный подлив из крахмала</i>	30			3,00	11,00	8/3
	<i>Запеканка с фруктами и творогом</i>	150	22,00	8,00	23,00	252,00	2/5
	<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	400	25,52	8,63	45,83	363,00	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1620	52,00	29,00	175,00	1169,00	