

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

19 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>Какао с молоком</i>	180			7,00	31,00	7/3
	<i>Каша овсяная "Геркулес" молочная</i>	150	2,00	2,00	13,00	77,00	9/1
	<i>Батон с сгущенным молоком</i>	25	2,00	1,00	16,00	82,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>355</b>	<b>4,31</b>	<b>3,03</b>	<b>36,17</b>	<b>189,16</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			16,00	68,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,30</b>	<b>0,20</b>	<b>16,30</b>	<b>68,20</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>-Помидоры свежие</i>	30			1,00	6,00	112/3
	<i>Свекольник с отварной свеклой</i>	150	2,00	4,00	12,00	88,00	34/8
	<i>Каша перловая рассыпчатая</i>	110	4,00	1,00	25,00	126,00	3/1
	<i>Язык говяжий в томатном соусе</i>	60		1,00	3,00	21,00	2/1
	<i>Компот из шиповника</i>	150			12,00	50,00	29/3
	<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>540</b>	<b>9,74</b>	<b>6,80</b>	<b>72,58</b>	<b>390,28</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Пирожок печеный с картофелем</i>	50	5,00	2,00	31,00	160,00	16/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>210</b>	<b>10,31</b>	<b>8,39</b>	<b>32,59</b>	<b>246,99</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Капуста тушеная с томатом</i>	110	2,00	1,00	7,00	44,00	10/1
	<i>-Треска, запеченная с молочным соусом</i>	60	7,00	1,00	1,00	41,00	268/9
	<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
	<i>Конфеты</i>	20			3,00	16,00	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>410</b>	<b>12,96</b>	<b>2,95</b>	<b>35,16</b>	<b>218,92</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1615</b>	<b>38,00</b>	<b>21,00</b>	<b>193,00</b>	<b>1114,00</b>	