

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

18 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>Кофейный напиток с молоком</i>	180			8,00	35,00	10/3
	<i>Каша ячневая молочная</i>	150	2,00	2,00	16,00	92,00	13/1
	<i>Батон с джемом</i>	30	2,00	1,00	17,00	79,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>360</b>	<b>3,63</b>	<b>3,04</b>	<b>40,85</b>	<b>205,28</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			18,00	73,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,32</b>	<b>0,22</b>	<b>17,55</b>	<b>73,44</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из огурцов и помидоров</i>	30		2,00	1,00	26,00	12/2
	<i>Суп гороховый с гречками</i>	150	6,00	2,00	21,00	122,00	19/1
	<i>-Картофельное пюре</i>	110	2,00	1,00	15,00	79,00	339/9
	<i>Суфле куринное с томатно-сметанным соусом</i>	80	3,00	5,00	2,00	62,00	25/3
	<i>Компот из сухих фруктов</i>	150			5,00	21,00	20/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>540</b>	<b>13,36</b>	<b>10,15</b>	<b>54,41</b>	<b>362,29</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Снежок</i>	160	4,00	3,00	14,00	102,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	60			6,00	27,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>3,84</b>	<b>3,57</b>	<b>20,28</b>	<b>128,63</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Подлив киселевый</i>	40			2,00	9,00	11/1
	<i>-Запеканка из творога</i>	130	27,00	8,00	21,00	261,00	251/9
	<i>Чай без сахара</i>	180					4/1
	<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>Мармелад</i>	10					
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>30,13</b>	<b>8,49</b>	<b>42,78</b>	<b>368,03</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1620</b>	<b>51,00</b>	<b>25,00</b>	<b>176,00</b>	<b>1138,00</b>	