

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

17 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>Какао с молоком</i> | 200 | | | 7,00 | 31,00 | 7/3 |
| | <i>Каша пшённая молочная</i> | 180 | 3,00 | 3,00 | 20,00 | 120,00 | 4/1 |
| | <i>Батон с сыром</i> | 40 | 6,00 | 5,00 | 13,00 | 117,00 | /0 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 420 | 8,80 | 8,27 | 39,80 | 268,68 | |
| 10 ЧАСОВ | | | | | | | |
| | <i>Сок</i> | 100 | 1,00 | | 10,00 | 43,00 | 1/1 |
| | ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| | <i>Салат из консервированных огурцов и томатов в с/с</i> | 50 | 1,00 | 4,00 | 2,00 | 46,00 | 32/1 |
| | <i>Суп овощной</i> | 180 | 2,00 | 4,00 | 11,00 | 87,00 | 35/3 |
| | <i>Плов с мясом</i> | 200 | 19,00 | 18,00 | 40,00 | 398,00 | 7/3 |
| | <i>Компот из апельсинов, сухофруктов или чернослива</i> | 180 | | | 9,00 | 36,00 | 14/2 |
| | <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 |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 660 | 25,75 | 26,80 | 86,51 | 689,99 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| | <i>Йогурт</i> | 180 | 7,00 | 8,00 | 2,00 | 111,00 | 45*/0 |
| | <i>-Булочка "Нежная"</i> | 70 | 8,00 | 1,00 | 59,00 | 272,00 | 579/3 |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 250 | 14,67 | 9,00 | 60,88 | 383,22 | |
| УЖИН | | | | | | | |
| | <i>Салат из огурцов и помидоров</i> | 50 | | 3,00 | 2,00 | 39,00 | 12/2 |
| | <i>Картофель отварной с луком</i> | 150 | 3,00 | 3,00 | 25,00 | 138,00 | 20/5 |
| | <i>Оладьи из печени по- кунцевски</i> | 70 | 14,00 | 7,00 | 10,00 | 160,00 | 20/3 |
| | <i>Чай полусладкий</i> | 180 | | | 7,00 | 28,00 | 6/3 |
| | <i>-Хлеб пшеничный</i> | 25 | 2,00 | | 12,00 | 59,00 | 114/3 |
| | <i>-Хлеб столичный</i> | 25 | 2,00 | 1,00 | 13,00 | 65,00 | 116/3 |
| | ИТОГО ЗА УЖИН | 500 | 21,48 | 13,90 | 69,29 | 488,11 | |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1930 | 71,00 | 58,00 | 267,00 | 1873,00 | |