

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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>	180			6,00	27,00	7/3
	<i>Каша пшённая молочная</i>	150	2,00	3,00	17,00	104,00	4/1
	<i>Батон с сыром</i>	30	4,00	3,00	10,00	87,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	6,69	6,23	33,70	217,62	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			16,00	68,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ОБЕД							
	<i>Салат из консервированных огурцов и томатов в с/с</i>	30		3,00	1,00	34,00	32/1
	<i>Суп овощной</i>	150	2,00	4,00	10,00	79,00	35/3
	<i>Плов с мясом</i>	160	15,00	14,00	33,00	318,00	7/3
	<i>Компот из апельсинов, сухофруктов или чернослива</i>	150			7,00	31,00	14/2
	<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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	20,47	21,37	71,70	560,94	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	7,00	2,00	94,00	45*/0
	<i>-Булочка "Нежная"</i>	50	5,00	1,00	42,00	196,00	579/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	11,42	7,48	44,11	289,46	
УЖИН							
	<i>Салат из огурцов и помидоров</i>	30		2,00	1,00	26,00	12/2
	<i>Картофель отварной с луком</i>	130	3,00	2,00	22,00	113,00	20/5
	<i>Оладьи из печени по- кунцевски</i>	60	12,00	6,00	6,00	123,00	20/3
	<i>Чай полусладкий</i>	150			4,00	17,00	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
	ИТОГО ЗА УЖИН	410	17,89	10,27	53,26	377,01	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1610	57,00	46,00	219,00	1513,00	