

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

7 Марта 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			10,00	43,00	7/3
	<i>Каша кукурузная молочная</i>	200	2,00	3,00	24,00	135,00	8/1
	<i>Батон с джемом</i>	40	2,00	1,00	26,00	123,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	440	5,01	4,49	60,11	300,91	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			10,00	42,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,49	0,10	9,84	42,17	
ОБЕД							
	<i>Свекла ломтиком</i>	50	1,00		5,00	25,00	5/1
	<i>Суп с мучными клецками</i>	180	3,00	3,00	16,00	107,00	37/1
	<i>Картофельно-гороховое пюре</i>	130	8,00	2,00	23,00	140,00	21/1
	<i>-Котлета из говядины, запеченная в сметанном соусе</i>	80	9,00	8,00	7,00	134,00	298/9
	<i>Компот из шиповника</i>	180			15,00	63,00	29/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	3,00	1,00	16,00	85,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	58,00	114/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	25,70	14,23	95,27	611,96	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	180	6,00	7,00	2,00	97,00	45*/0
	<i>Кефир</i>	180	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	<i>Бананы</i>	70	1,00		13,00	59,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	430	11,64	12,00	21,40	240,11	
УЖИН							
	<i>Яйцо отварное</i>	1	5,00	5,00		63,00	327/1
	<i>Капуста тушеная с томатом</i>	130	3,00	2,00	8,00	59,00	10/1
	<i>-Рыба припущенная</i>	70	15,00			65,00	259/9
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<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 УЖИН	431	26,51	7,84	38,19	329,41	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2071	69,00	39,00	225,00	1525,00	