

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

6 Марта 2025г.

Приложение №8

: СанПин 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>Какао с молоком</i>	180			7,00	31,00	7/3
	<i>Каша пшеничная молочная</i>	150	2,00	2,00	16,00	95,00	8/1
	<i>Вафли</i>	20	1,00	1,00	15,00	70,00	
	<i>Масло сливочное</i>	10		7,00		66,00	
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>360</b>	<b>2,97</b>	<b>10,47</b>	<b>38,93</b>	<b>261,85</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 соленные</i>	30			1,00	8,00	15/7
	<i>Суп гороховый с гренками</i>	150	7,00	3,00	21,00	134,00	19/1
	<i>-Жаркое по-домашнему</i>	160	14,00	13,00	18,00	247,00	374/3
	<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>510</b>	<b>23,40</b>	<b>16,59</b>	<b>54,90</b>	<b>462,39</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Гребешок с повидлом</i>	60	5,00	5,00	40,00	227,00	13/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>11,08</b>	<b>11,26</b>	<b>42,17</b>	<b>314,10</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Сладкий молочный подлив из крахмала</i>	30			3,00	11,00	8/3
	<i>Запеканка с фруктами и творогом</i>	150	16,00	6,00	22,00	210,00	2/5
	<i>Чай без сахара</i>	180					4/1
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<i>-Хлеб прибрежный</i>	20	2,00		10,00	48,00	4*/1
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>19,22</b>	<b>7,13</b>	<b>44,93</b>	<b>320,70</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1590</b>	<b>57,00</b>	<b>46,00</b>	<b>197,00</b>	<b>1427,00</b>	