

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

5 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	4,00	4,00	12,00	99,00	7/3
	<i>Каша манная молочная</i>	200	5,00	7,00	25,00	182,00	7/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	31	2,00	5,00	11,00	94,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	431	10,85	15,36	48,21	374,42	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			10,00	42,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,48	0,10	9,70	41,57	
ОБЕД							
	<i>Салат из свеклы с соленым огурцом</i>	50	1,00	3,00	4,00	47,00	26/1
	<i>Суп "Рябчик"</i>	180	2,00	4,00	10,00	80,00	18/5
	<i>Рис припущенный с маслом</i>	130	3,00	3,00	36,00	180,00	2/1
	<i>Суфле куринное с томатно-сметанным соусом</i>	100	4,00	7,00	4,00	97,00	25/3
	<i>Компот яблочный</i>	180			13,00	54,00	1/2
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	1,00		8,00	41,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		10,00	47,00	114/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	13,09	17,63	83,68	545,79	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	180	5,00	5,00	8,00	93,00	420/9
	<i>Кефир</i>	180	5,00	6,00	8,00	107,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	70			7,00	31,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	430	11,08	10,91	22,13	231,02	
УЖИН							
	<i>Салат из зеленого горошка</i>	50	2,00	4,00	4,00	59,00	6/4
	<i>Рыба, тушеная с картофелем</i>	200	22,00	3,00	24,00	212,00	141/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	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	480	27,60	8,20	57,63	414,62	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2131	63,00	52,00	221,00	1607,00	