

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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<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
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>431</b>	<b>10,85</b>	<b>15,36</b>	<b>48,21</b>	<b>374,42</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			10,00	42,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,48</b>	<b>0,10</b>	<b>9,70</b>	<b>41,57</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<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
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>690</b>	<b>13,09</b>	<b>17,63</b>	<b>83,68</b>	<b>545,79</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<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	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>430</b>	<b>11,08</b>	<b>10,91</b>	<b>22,13</b>	<b>231,02</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>480</b>	<b>27,60</b>	<b>8,20</b>	<b>57,63</b>	<b>414,62</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2131</b>	<b>63,00</b>	<b>52,00</b>	<b>221,00</b>	<b>1607,00</b>	