

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Менюготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли 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>	180	4,00	4,00	13,00	99,00	7/3
	<i>Каша манная молочная</i>	150	5,00	6,00	20,00	151,00	7/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>355</b>	<b>9,88</b>	<b>13,89</b>	<b>42,64</b>	<b>334,95</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>Салат из свеклы с соленым огурцом</i>	30		2,00	2,00	32,00	26/1
	<i>Суп "Рябчик"</i>	150	2,00	3,00	8,00	69,00	18/5
	<i>Рис припущенный с маслом</i>	110	3,00	2,00	28,00	140,00	2/1
	<i>Суфле куринное с томатно-сметанным соусом</i>	70	3,00	5,00	3,00	65,00	25/3
	<i>Компот яблочный</i>	150			9,00	35,00	1/2
	<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
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>11,28</b>	<b>12,68</b>	<b>69,95</b>	<b>439,06</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Ряженка</i>	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	60			6,00	27,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>4,88</b>	<b>4,24</b>	<b>12,60</b>	<b>108,08</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат из зеленого горошка</i>	30	1,00	3,00	3,00	42,00	6/4
	<i>Рыба, тушеная с картофелем</i>	160	20,00	2,00	19,00	177,00	141/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>410</b>	<b>24,49</b>	<b>5,93</b>	<b>46,59</b>	<b>337,56</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1635</b>	<b>51,00</b>	<b>37,00</b>	<b>188,00</b>	<b>1288,00</b>	