

Утверждаю:  
Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

4 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>Кофейный напиток с молоком</i>	180	3,00	4,00	13,00	99,00	10/3
	<i>Каша молочная из разных круп</i>	150	5,00	6,00	21,00	159,00	18/1
	<i>Батон с джемом</i>	30	2,00	1,00	17,00	79,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>360</b>	<b>10,06</b>	<b>10,40</b>	<b>50,74</b>	<b>336,66</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			17,00	71,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,31</b>	<b>0,21</b>	<b>16,93</b>	<b>70,83</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из тушеной моркови с чесноком</i>	40	1,00	3,00	3,00	44,00	43/4
	<i>Свекольник с отварной свеклой</i>	150	2,00	4,00	12,00	88,00	34/8
	<i>Запеканка картофельная с отварным мясом</i>	160	12,00	9,00	20,00	213,00	12/3
	<i>Компот из изюма</i>	150			12,00	48,00	23/3
	<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 ОБЕД</b>	<b>540</b>	<b>17,55</b>	<b>16,83</b>	<b>67,13</b>	<b>490,09</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Снежок</i>	160	4,00	3,00	14,00	102,00	420/9
	<i>Хачапури</i>	55	8,00	7,00	24,00	188,00	11/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>215</b>	<b>11,62</b>	<b>10,06</b>	<b>38,28</b>	<b>290,16</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Подлив киселевый</i>	40			2,00	9,00	11/1
	<i>-Запеканка из творога</i>	130	27,00	8,00	21,00	261,00	251/9
	<i>Чай без сахара</i>	180					4/1
	<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
	<i>Мармелад</i>	10					
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>30,13</b>	<b>8,49</b>	<b>42,78</b>	<b>368,03</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1615</b>	<b>70,00</b>	<b>46,00</b>	<b>216,00</b>	<b>1556,00</b>	