

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

3 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>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	150	2,00	2,00	15,00	86,00	15/1
	<i>Батон с сыром</i>	30	4,00	3,00	10,00	87,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>360</b>	<b>9,38</b>	<b>9,45</b>	<b>37,39</b>	<b>272,01</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>17,04</b>	<b>71,30</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из консервированных огурцов и томатов в с/с</i>	30		2,00	1,00	26,00	32/1
	<i>Суп овощной</i>	150	2,00	4,00	10,00	79,00	35/3
	<i>Мясо тушеное с гречневой крупой</i>	160	16,00	11,00	29,00	279,00	22/1
	<i>Компот лимонный</i>	150			8,00	34,00	16/3
	<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>530</b>	<b>20,80</b>	<b>18,01</b>	<b>67,85</b>	<b>516,60</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Апельсины</i>	60	1,00		5,00	23,00	
	<i>Кефир</i>	160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>4,89</b>	<b>4,92</b>	<b>10,86</b>	<b>107,28</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Картофель отварной с луком</i>	130	3,00	2,00	22,00	113,00	20/5
	<i>Хлебец печеночный</i>	60	12,00	7,00	7,00	142,00	/0
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	19,00	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
	<i>Конфеты</i>	15			2,00	12,00	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>425</b>	<b>18,51</b>	<b>9,59</b>	<b>56,04</b>	<b>384,44</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1635</b>	<b>54,00</b>	<b>42,00</b>	<b>189,00</b>	<b>1352,00</b>	