

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

14 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	2,00	3,00	9,00	70,00	7/3
	<i>Каша овсяная "Геркулес" молочная</i>	180	2,00	2,00	15,00	90,00	9/1
	<i>Батон с джемом</i>	40	2,00	1,00	24,00	113,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	420	6,72	5,66	48,60	272,23	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			9,00	40,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,46	0,09	9,38	40,21	
ОБЕД							
	<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	60	1,00	6,00	5,00	77,00	23/1
	<i>Бабушкин суп</i>	180	7,00	8,00	18,00	173,00	39/1
	<i>Каша перловая рассыпчатая</i>	130	4,00	3,00	31,00	168,00	3/1
	<i>Бефстроганов из печени</i>	70	11,00	5,00	6,00	114,00	21/3
	<i>Компот из апельсинов, сухофруктов или чернослива</i>	180			9,00	39,00	14/2
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	12,00	64,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	3,00		20,00	95,00	114/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	28,55	23,50	100,83	728,99	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	180	6,00	7,00	2,00	97,00	45*/0
	<i>Бананы</i>	70	1,00		13,00	59,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	7,31	7,22	15,41	155,89	
УЖИН							
	<i>Салат "Зимний"</i>	130	2,00	9,00	13,00	146,00	21/2
	<i>Расстегай с рыбой</i>	70	16,00	4,00	44,00	281,00	312/1
	<i>Чай полусладкий</i>	200			7,00	28,00	6/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	3,00	1,00	16,00	84,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	22,77	14,96	92,92	597,56	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1890	66,00	51,00	267,00	1795,00	