

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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>	180			6,00	27,00	7/3
	<i>Каша овсяная "Геркулес" молочная</i>	150	2,00	2,00	13,00	75,00	9/1
	<i>Батон с джемом</i>	30	2,00	1,00	17,00	79,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	3,64	2,39	36,14	180,59	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			16,00	68,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ОБЕД							
	<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	40	1,00	4,00	3,00	51,00	23/1
	<i>Бабушкин суп</i>	150	7,00	7,00	16,00	152,00	39/1
	<i>Каша перловая рассыпчатая</i>	110	4,00	2,00	25,00	136,00	3/1
	<i>Бефстроганов из печени</i>	60	10,00	4,00	5,00	99,00	21/3
	<i>Компот из апельсинов, сухофруктов или чернослива</i>	150			7,00	31,00	14/2
	<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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	550	24,06	18,45	76,52	568,29	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Яблоки</i>	60			6,00	26,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	5,84	6,64	7,64	112,72	
УЖИН							
	<i>Салат "Зимний"</i>	120	2,00	9,00	13,00	143,00	21/2
	<i>Расстегай с рыбой</i>	60	14,00	4,00	37,00	232,00	312/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<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
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	18,84	13,55	74,18	493,92	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1630	53,00	41,00	211,00	1424,00	