

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

12 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>Кофейный напиток с молоком</i>	200	4,00	4,00	16,00	120,00	10/3
	<i>Каша ячневая молочная</i>	200	6,00	8,00	26,00	195,00	13/1
	<i>Батон с джемом</i>	40	2,00	1,00	22,00	100,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	440	11,58	12,65	63,74	415,15	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			10,00	43,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,49	0,10	9,97	42,72	
ОБЕД							
	<i>Салат из томатов в с/с</i>	50	1,00	3,00	2,00	40,00	31/1
	<i>Суп картофельный с соленым огурцом</i>	180	2,00	5,00	12,00	96,00	32/1
	<i>-Плов из курицы</i>	200	4,00	7,00	41,00	241,00	321/9
	<i>Кисель из сухих фруктов</i>	180			11,00	46,00	12/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	12,00	63,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	1,00		10,00	45,00	114/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	660	10,32	15,53	87,27	529,98	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	180	5,00	5,00	8,00	96,00	420/9
	<i>Груша</i>	70			7,00	32,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	5,76	4,93	15,14	127,95	
УЖИН							
	<i>Картофель в сметане</i>	130	3,00	2,00	25,00	130,00	24/1
	<i>-Суфле из рыбы</i>	70	12,00	5,00	2,00	99,00	284/9
	<i>Чай полусладкий</i>	200			6,00	24,00	6/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	19,44	7,28	58,21	376,10	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1900	48,00	40,00	234,00	1492,00	