

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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>	180	4,00	4,00	13,00	99,00	10/3
	<i>Каша ячневая молочная</i>	150	5,00	6,00	21,00	157,00	13/1
	<i>Батон с джемом</i>	30	2,00	1,00	17,00	79,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	10,16	10,24	50,43	334,49	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			16,00	65,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,29	0,19	15,62	65,36	
ОБЕД							
	<i>Салат из томатов в с/с</i>	30		2,00	1,00	27,00	31/1
	<i>Суп картофельный с соленым огурцом</i>	150	2,00	4,00	10,00	80,00	32/1
	<i>-Плов из курицы</i>	160	3,00	4,00	32,00	181,00	321/9
	<i>Кисель из сухих фруктов</i>	150			9,00	38,00	12/3
	<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 ОБЕД	530	8,53	11,10	72,75	424,76	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	<i>Груша</i>	60			6,00	27,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	4,88	4,18	12,90	108,74	
УЖИН							
	<i>Картофель в сметане</i>	120	3,00	1,00	21,00	107,00	24/1
	<i>-Суфле из рыбы</i>	60	11,00	4,00	2,00	84,00	284/9
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	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
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	16,51	5,92	47,50	309,34	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1610	40,00	32,00	199,00	1243,00	