

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

10 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>Кофейный напиток с молоком</i>	200			8,00	35,00	10/3
	<i>Каша "Дружба"</i>	200	2,00	3,00	21,00	121,00	2/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	31	2,00	5,00	13,00	105,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>431</b>	<b>4,24</b>	<b>8,49</b>	<b>41,90</b>	<b>260,87</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100	1,00		10,00	43,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,30</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>-Салат из свеклы с сыром</i>	50	3,00	5,00	4,00	68,00	32/9
	<i>Суп рисовый с чесноком</i>	180	2,00	2,00	14,00	83,00	60/2
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	130		1,00		10,00	6/1
	<i>Язык говяжий в томатном соусе</i>	80	1,00	2,00	4,00	36,00	2/1
	<i>Компот из кураги</i>	180	1,00		13,00	53,00	23/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>670</b>	<b>9,45</b>	<b>11,27</b>	<b>58,31</b>	<b>372,41</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Кефир</i>	180	5,00	6,00	7,00	102,00	420/9
	<i>Булочка домашняя</i>	70	6,00	3,00	38,00	204,00	3/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>10,93</b>	<b>8,99</b>	<b>45,13</b>	<b>305,09</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат из консервированной кукурузы</i>	50	2,00	3,00	8,00	62,00	6/1
	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	175	17,00	21,00	1,00	263,00	110/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			6,00	24,00	6/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>455</b>	<b>22,62</b>	<b>24,79</b>	<b>39,55</b>	<b>471,66</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1906</b>	<b>48,00</b>	<b>54,00</b>	<b>195,00</b>	<b>1453,00</b>	