

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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		
ЗАВТРАК							
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180			7,00	31,00	10/3
	<i>Каша "Дружба"</i>	150	2,00	3,00	17,00	96,00	2/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	3,45	6,80	34,37	212,43	
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 сыром</i>	30	2,00	3,00	2,00	40,00	32/9
	<i>Суп рисовый с чесноком</i>	150	2,00	2,00	12,00	76,00	60/2
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	110		1,00		7,00	6/1
	<i>Язык говяжий в томатном соусе</i>	60		1,00	3,00	21,00	2/1
	<i>Компот из кураги</i>	150	1,00		11,00	47,00	23/3
	<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	540	7,14	7,54	48,07	288,47	
ПОЛДНИК							
	<i>Кефир</i>	160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	<i>Булочка домашняя</i>	50	5,00	3,00	29,00	161,00	3/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	9,01	7,78	34,85	245,30	
УЖИН							
	<i>Салат из консервированной кукурузы</i>	30	1,00	2,00	5,00	37,00	6/1
	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	155	17,00	20,00	1,00	257,00	110/1
	<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	405	21,24	22,91	30,42	412,76	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1610	41,00	45,00	164,00	1227,00	