

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

21 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>	200	3,00	4,00	12,00	94,00	7/3
	<i>Каша овсяная "Геркулес" молочная</i>	200	6,00	7,00	23,00	182,00	9/1
	<i>Батон с джемом</i>	40	3,00	1,00	30,00	143,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	440	12,27	12,17	65,20	419,38	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100	1,00		11,00	46,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,53	0,11	10,74	46,06	
ОБЕД							
	<i>Икра кабачковая</i>	40	1,00	2,00	3,00	36,00	3/12
	<i>Суп гороховый с гречками</i>	180	8,00	2,00	26,00	159,00	19/1
	<i>Запеканка картофельная с отварным мясом</i>	200	14,00	14,00	23,00	274,00	12/3
	<i>Компот лимонный</i>	180			10,00	41,00	16/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	16,00	83,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	625	25,74	19,79	78,34	594,41	
ПОЛДНИК							
	<i>Кефир</i>	180		5,00	6,00	72,00	420/9
	<i>Ряженка</i>	180	5,00	5,00	8,00	92,00	420/9
	<i>Апельсины</i>	70	1,00		6,00	26,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	430	5,85	9,76	19,63	189,76	
УЖИН							
	<i>Яйцо отварное</i>	1	5,00	5,00		63,00	327/1
	<i>Капуста тушеная с томатом</i>	130	3,00	2,00	8,00	60,00	10/1
	<i>-Суфле из рыбы</i>	70	12,00	5,00	2,00	104,00	284/9
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		11,00	53,00	114/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	431	23,79	12,56	39,36	365,60	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2026	68,00	54,00	213,00	1615,00	