

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

20 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>Какао с молоком</i>	180	4,00	4,00	13,00	99,00	7/3
	<i>Каша пшеничная молочная</i>	150	5,00	6,00	21,00	160,00	8/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>355</b>	<b>10,40</b>	<b>13,97</b>	<b>44,27</b>	<b>344,33</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			16,00	68,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,30</b>	<b>0,20</b>	<b>16,30</b>	<b>68,20</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Свекла ломтиком</i>	40	1,00		4,00	17,00	5/1
	<i>Суп рыбный</i>	150	5,00		11,00	68,00	41/1
	<i>-Жаркое по-домашнему</i>	160	14,00	12,00	18,00	232,00	374/3
	<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 прибрежный</i>	20	2,00		10,00	48,00	4*/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>540</b>	<b>23,40</b>	<b>13,10</b>	<b>63,06</b>	<b>463,76</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Кефир</i>	160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	<i>Гребешок с повидлом</i>	60	6,00	5,00	41,00	232,00	13/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>10,09</b>	<b>9,95</b>	<b>46,83</b>	<b>316,99</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Сладкий молочный подлив из крахмала</i>	30	1,00	1,00	4,00	32,00	8/3
	<i>Запеканка с фруктами и творогом</i>	150	23,00	8,00	24,00	264,00	2/5
	<i>Чай без сахара</i>	180					4/1
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<i>-Хлеб прибрежный</i>	20	2,00		10,00	48,00	4*/1
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>27,12</b>	<b>10,39</b>	<b>48,42</b>	<b>395,56</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1615</b>	<b>71,00</b>	<b>48,00</b>	<b>219,00</b>	<b>1589,00</b>	