

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

19 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	14,00	103,00	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	51,43	338,48	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			16,00	65,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,29	0,19	15,56	65,10	
ОБЕД							
	<i>Салат из консервированных огурцов и томатов в с/с</i>	30		2,00	1,00	26,00	32/1
	<i>Свекольник с отварной свеклой</i>	150	2,00	4,00	12,00	88,00	34/8
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	110		1,00		10,00	6/1
	<i>Суфле куриное</i>	60	3,00	4,00	2,00	55,00	25/3
	<i>Компот яблочный</i>	150			9,00	35,00	1/2
	<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	8,63	11,85	42,80	312,32	
ПОЛДНИК							
	<i>Кефир</i>	160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	60			6,00	27,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	4,59	5,04	11,88	111,24	
УЖИН							
	<i>Салат из зеленого горошка</i>	30	1,00	3,00	3,00	42,00	6/4
	<i>Рыба под овощами</i>	160	19,00	3,00	13,00	161,00	144/1
	<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	410	23,43	7,25	40,82	322,12	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1630	47,00	35,00	162,00	1149,00	