

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

18 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 "Дружба"</i>	150	5,00	4,00	22,00	142,00	2/1
	<i>Батон с джемом</i>	30	2,00	1,00	17,00	79,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>360</b>	<b>9,93</b>	<b>8,29</b>	<b>51,16</b>	<b>318,98</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>Салат из тушеной моркови с чесноком</i>	30		2,00	3,00	33,00	43/4
	<i>Суп овощной</i>	150	2,00	4,00	10,00	79,00	35/3
	<i>-Картофельное пюре</i>	110	2,00	1,00	16,00	82,00	339/9
	<i>Котлеты (биточки) куринные, запеченные в томатном соусе</i>	60	1,00	2,00	4,00	39,00	13/3
	<i>Компот из изюма</i>	150			13,00	52,00	23/3
	<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
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>540</b>	<b>9,37</b>	<b>9,49</b>	<b>65,29</b>	<b>383,98</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Ряженка</i>	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	<i>Пирожок печеный с капустой</i>	60	5,00	2,00	26,00	141,00	12/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>9,17</b>	<b>6,15</b>	<b>32,71</b>	<b>222,75</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат грушево-яблочный с сахаром</i>	30			4,00	19,00	33/7
	<i>-Запеканка из творога</i>	130	27,00	8,00	21,00	261,00	251/9
	<i>Подлив киселевый</i>	30			2,00	7,00	11/1
	<i>Чай без сахара</i>	180					4/1
	<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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>410</b>	<b>30,24</b>	<b>8,58</b>	<b>46,59</b>	<b>384,46</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1630</b>	<b>59,00</b>	<b>33,00</b>	<b>212,00</b>	<b>1378,00</b>	