

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		
ЗАВТРАК							
	<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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	9,93	8,29	51,16	318,98	
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 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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	9,37	9,49	65,29	383,98	
ПОЛДНИК							
	<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
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	9,17	6,15	32,71	222,75	
УЖИН							
	<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
	ИТОГО ЗА УЖИН	410	30,24	8,58	46,59	384,46	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1630	59,00	33,00	212,00	1378,00	