

Утверждаю:
И.о Директора _____ Ганичева А.В

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

28 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>	200			12,00	48,00	10/3
	<i>Каша овсяная "Геркулес" молочная</i>	200	2,00	3,00	16,00	94,00	9/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	31	2,00	3,00	12,00	83,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	431	4,13	5,92	38,79	224,86	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100	1,00		10,00	45,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,52	0,10	10,41	44,61	
ОБЕД							
	<i>-Винегрет овощной</i>	50	1,00	5,00	5,00	68,00	82/3
	<i>Суп картофельный с мясными фрикадельками (мясо филе)</i>	180	5,00	6,00	10,00	114,00	39/1
	<i>Слоёные голубцы с мясом</i>	200	9,00	8,00	20,00	185,00	31/2
	<i>-Напиток ягодный из черной смородины</i>	180			9,00	37,00	390/9
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	1,00	1,00	9,00	44,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	1,00		7,00	32,00	114/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	660	17,55	19,36	58,73	478,98	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	180	5,00	5,00	8,00	93,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	70			7,00	30,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	5,57	4,84	14,53	122,89	
УЖИН							
	<i>Яйцо отварное</i>	1	5,00	5,00		62,00	327/1
	<i>Рагу из овощей</i>	200	4,00	4,00	23,00	143,00	14/1
	<i>Чай полусладкий</i>	200			7,00	28,00	6/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	451	13,26	9,00	55,53	356,12	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1892	41,00	39,00	178,00	1227,00	