

Утверждаю:  
И.о Директора \_\_\_\_\_ Ганичева А.В

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

27 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	37,00	199,00	7/3
	<i>Каша молочная из разных круп</i>	150	2,00	3,00	16,00	97,00	18/1
	<i>Батон с джемом</i>	30	2,00	1,00	17,00	79,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>360</b>	<b>7,15</b>	<b>7,19</b>	<b>70,26</b>	<b>374,29</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			17,00	71,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,31</b>	<b>0,21</b>	<b>16,98</b>	<b>71,04</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>-Огурцы свежие</i>	40			1,00	4,00	112/3
	<i>Суп картофельный с вермишелью</i>	150	2,00	2,00	12,00	75,00	38/1
	<i>Каша перловая рассыпчатая</i>	110	4,00	1,00	25,00	125,00	3/1
	<i>Гуляш мясной</i>	60	8,00	7,00	3,00	109,00	16/3
	<i>Компот из сухих фруктов</i>	150			7,00	29,00	20/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<i>-Хлеб прибрежный</i>	20	3,00	1,00	22,00	108,00	4*/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>18,49</b>	<b>12,30</b>	<b>79,47</b>	<b>502,48</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Кефир</i>	160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	<i>Ватрушка с творогом</i>	60	9,00	4,00	46,00	255,00	-
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>13,47</b>	<b>8,71</b>	<b>51,80</b>	<b>339,40</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Рыба, тушеная с картофелем</i>	160	21,00	2,00	19,00	180,00	141/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<i>-Хлеб прибрежный</i>	20	2,00	1,00	16,00	78,00	4*/1
	<i>Груша</i>	50			5,00	23,00	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>430</b>	<b>25,17</b>	<b>3,51</b>	<b>55,04</b>	<b>352,37</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1660</b>	<b>65,00</b>	<b>32,00</b>	<b>274,00</b>	<b>1640,00</b>	