

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		
ЗАВТРАК							
	<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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	7,15	7,19	70,26	374,29	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			17,00	71,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,31	0,21	16,98	71,04	
ОБЕД							
	<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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	550	18,49	12,30	79,47	502,48	
ПОЛДНИК							
	<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	-
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	13,47	8,71	51,80	339,40	
УЖИН							
	<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	
	ИТОГО ЗА УЖИН	430	25,17	3,51	55,04	352,37	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1660	65,00	32,00	274,00	1640,00	