

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

31 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			7,00	31,00	7/3
	<i>Каша кукурузная молочная</i>	150	5,00	6,00	25,00	177,00	8/1
	<i>Батон с джемом</i>	30	2,00	1,00	17,00	79,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	7,03	6,92	49,03	286,52	
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 свеклы с чесноком</i>	30		3,00	2,00	39,00	23/1
	<i>Суп "Рябчик"</i>	150	2,00	3,00	8,00	73,00	18/5
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	130		1,00		5,00	6/1
	<i>Бефстроганов из печени</i>	60	10,00	3,00	5,00	89,00	21/3
	<i>Компот из чернослива</i>	150			12,00	49,00	15/2
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	560	16,12	11,03	47,27	352,72	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Яблоки</i>	60			6,00	27,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	5,84	6,64	7,64	113,68	
УЖИН							
	<i>Салат "Мазайка"</i>	130	4,00	14,00	29,00	256,00	22/9
	<i>Пирожок печеный с капустой</i>	60	6,00	5,00	39,00	221,00	12/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			6,00	24,00	6/3
	<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 УЖИН	410	13,70	19,02	93,45	599,62	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1650	43,00	44,00	214,00	1421,00	