

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад 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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>Какао с молоком</i>	200			6,00	29,00	7/3
	<i>Каша кукурузная молочная</i>	200	2,00	3,00	21,00	116,00	8/1
	<i>Батон с джемом</i>	40	2,00	1,00	18,00	85,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>440</b>	<b>4,00</b>	<b>3,70</b>	<b>45,28</b>	<b>230,40</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100	1,00		11,00	45,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,52</b>	<b>0,10</b>	<b>10,58</b>	<b>45,36</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	50	1,00	5,00	4,00	64,00	23/1
	<i>Суп "Рябчик"</i>	180	2,00	3,00	9,00	76,00	18/5
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	150		1,00		7,00	6/1
	<i>Бефстроганов из печени</i>	70	10,00	4,00	5,00	96,00	21/3
	<i>Компот из чернослива</i>	180			14,00	59,00	15/2
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	68,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		14,00	65,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>680</b>	<b>16,90</b>	<b>14,15</b>	<b>60,08</b>	<b>435,10</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Йогурт</i>	180	6,00	7,00	2,00	97,00	45*/0
	<i>Яблоки</i>	70			7,00	31,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>6,54</b>	<b>7,44</b>	<b>8,83</b>	<b>128,42</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат "Мазайка"</i>	150	4,00	5,00	26,00	167,00	22/9
	<i>Пирожок печеный с капустой</i>	80	7,00	6,00	41,00	248,00	12/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			7,00	28,00	6/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>460</b>	<b>14,56</b>	<b>12,54</b>	<b>98,76</b>	<b>566,13</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1930</b>	<b>43,00</b>	<b>38,00</b>	<b>224,00</b>	<b>1405,00</b>	