

Директор Дорохина Е.Н.

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

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							
Какао с молоком		200	3,00	4,00	12,00	94,00	7/3
Каша пшеничная молочная		200	6,00	7,00	25,00	183,00	8/1
Батон с маслом сливочным		31	2,00	4,00	12,00	95,00	/1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		431	10,91	14,79	48,71	371,64	
10 ЧАСОВ							
Сок		100			10,00	42,00	1/1
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		100	0,48	0,10	9,79	41,98	
ОБЕД							
помидоры соленные		40	1,00		2,00	11,00	15/7
Суп фасолевый со сметаной		180	2,00	5,00	12,00	99,00	52/4
Макаронные изделия с маслом		150		2,00		20,00	6/1
Гуляш мясной		80	12,00	13,00	4,00	183,00	16/3
Компот лимонный		200			12,00	47,00	16/3
-Хлеб столичный		25	2,00	1,00	10,00	54,00	116/3
-Хлеб прибрежный		25	2,00	1,00	12,00	60,00	4*/1
ИТОГО ЗА ОБЕД		700	18,51	21,36	52,25	475,10	
ПОЛДНИК							
Кефир		180	5,00	6,00	7,00	101,00	420/9
Мандарины		70	1,00		5,00	25,00	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	5,74	5,85	12,39	125,21	
УЖИН							
Оладьи из печени по- кунцевски		80	13,00	8,00	10,00	159,00	20/3
Капуста тушеная с томатом		150	4,00	4,00	11,00	97,00	10/1
Кисель из плодового или ягодного концентрата		180			1,00	7,00	25/3
-Хлеб прибрежный		25	2,00		11,00	53,00	4*/1
-Хлеб столичный		25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
Конфеты		10			1,00	8,00	
ИТОГО ЗА УЖИН		470	19,98	13,43	46,82	387,87	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1951	56,00	56,00	170,00	1402,00	