

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

21 Апреля 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							
Кофейный напиток с молоком		200	2,00	2,00	11,00	74,00	10/3
Каша молочная с тыквой		200	5,00	7,00	29,00	199,00	16/1
Батон с сыром		40	6,00	5,00	13,00	118,00	/0
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		440	13,49	13,75	53,41	391,38	
10 ЧАСОВ							
Яблоки		100			10,00	44,00	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		100	0,40	0,40	9,80	44,40	
ОБЕД							
Салат из томатов в с/с		60	1,00	4,00	2,00	48,00	31/1
Суп овощной		180	2,00	4,00	12,00	94,00	35/3
Мясо тушеное с гречневой крупой		200	20,00	17,00	37,00	386,00	22/1
Компот из сухих фруктов		180			7,00	30,00	20/3
-Хлеб пшеничный		25	2,00		13,00	61,00	114/3
-Хлеб столичный		25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
ИТОГО ЗА ОБЕД		670	27,46	26,48	83,62	682,63	
ПОЛДНИК							
Йогурт		180	6,00	7,00	2,00	98,00	45*/0
Бананы		70	1,00		13,00	59,00	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	7,34	7,25	15,42	156,29	
УЖИН							
Икра кабачковая		50	1,00	3,00	4,00	51,00	3/12
Омлет натуральный с маслом		155	15,00	20,00	1,00	247,00	110/1
Компот из шиповника		200	1,00		14,00	61,00	29/3
-Хлеб столичный		25	2,00	1,00	12,00	63,00	116/3
-Хлеб пшеничный		25	2,00		12,00	59,00	114/3
ИТОГО ЗА УЖИН		455	20,50	24,82	43,77	480,44	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1915	69,00	73,00	206,00	1755,00	