

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

7 Мая 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	3,00	10,00	14,00	156,00	10/3
Каша пшеничная молочная		180	3,00	3,00	21,00	122,00	8/1
Батон с сыром		40	6,00	5,00	15,00	127,00	/0
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	11,71	17,46	50,38	405,45	
10 ЧАСОВ							
Сок		100	1,00		10,00	45,00	1/1
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		100	0,52	0,10	10,46	44,85	
ОБЕД							
Огурец порционный		50			1,00	6,00	46*/1
Суп с мучными клецками		180	3,00	4,00	17,00	118,00	37/1
Бигус с мясом		200	16,00	16,00	10,00	245,00	9/2
Компот из сухих фруктов		180			7,00	30,00	20/3
-Хлеб пшеничный		25	3,00		18,00	84,00	114/3
-Хлеб столичный		25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
ИТОГО ЗА ОБЕД		660	24,21	21,45	64,30	547,11	
ПОЛДНИК							
Снежок		200	5,00	5,00	19,00	138,00	420/9
Бананы		70	1,00		13,00	59,00	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		270	5,91	4,57	32,87	196,22	
УЖИН							
-Салат из свежих помидоров с перцем		50		5,00	2,00	57,00	33/3
Рыба, тушеная с картофелем		200	15,00	5,00	24,00	201,00	141/1
Чай полусладкий		200			7,00	28,00	6/3
-Хлеб столичный		25	3,00	1,00	19,00	97,00	116/3
-Хлеб пшеничный		25	2,00		12,00	59,00	114/3
ИТОГО ЗА УЖИН		500	19,81	11,52	64,87	442,42	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1950	62,00	55,00	223,00	1636,00	