

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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							
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180	2,00	9,00	11,00	132,00	10/3
	<i>Каша пшеничная молочная</i>	150	2,00	2,00	16,00	95,00	8/1
	<i>Батон с сыром</i>	30	4,00	3,00	10,00	87,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	8,65	14,18	37,99	314,12	
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>Огурец порционный</i>	30			1,00	3,00	46*/1
	<i>Суп с мучными клецками</i>	150	3,00	4,00	15,00	101,00	37/1
	<i>Бигус с мясом</i>	160	11,00	11,00	7,00	169,00	9/2
	<i>Компот из сухих фруктов</i>	150			6,00	25,00	20/3
	<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 ОБЕД	530	16,87	15,11	48,39	396,98	
ПОЛДНИК							
	<i>Снежок</i>	160	5,00	4,00	18,00	131,00	420/9
	<i>Бананы</i>	60	1,00		12,00	50,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	5,52	4,34	30,01	181,19	
УЖИН							
	<i>-Салат из свежих помидоров с перцем</i>	40		4,00	2,00	44,00	33/3
	<i>Рыба, тушеная с картофелем</i>	160	14,00	3,00	19,00	163,00	141/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<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 УЖИН	420	17,17	8,24	45,61	325,26	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1630	49,00	42,00	178,00	1286,00	