

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

28 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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>Какао с молоком</i>	180	4,00	4,00	13,00	99,00	7/3
	<i>Каша молочная из разных круп</i>	150	2,00	2,00	16,00	91,00	18/1
	<i>Батон с сыром</i>	30	4,00	3,00	10,00	87,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>360</b>	<b>9,74</b>	<b>9,12</b>	<b>38,80</b>	<b>276,18</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			15,00	63,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,28</b>	<b>0,18</b>	<b>15,05</b>	<b>62,96</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из тушеного перца</i>	30		2,00	2,00	29,00	36/4
	<i>Суп гороховый с гречками</i>	150	7,00	2,00	21,00	133,00	19/1
	<i>Запеканка картофельная с отварным мясом</i>	160	12,00	9,00	20,00	210,00	12/3
	<i>Компот из кураги</i>	150	1,00		11,00	47,00	23/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>510</b>	<b>21,30</b>	<b>14,53</b>	<b>63,85</b>	<b>471,24</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Яблоки</i>	60			6,00	27,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>5,84</b>	<b>6,64</b>	<b>7,64</b>	<b>113,68</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>-Винегрет овощной</i>	110	1,00	11,00	8,00	139,00	82/3
	<i>Пирожок печеный с капустой</i>	70	7,00	4,00	45,00	244,00	12/1
	<i>Компот из сухих фруктов</i>	180			7,00	30,00	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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>12,17</b>	<b>15,88</b>	<b>80,06</b>	<b>511,84</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1590</b>	<b>49,00</b>	<b>46,00</b>	<b>205,00</b>	<b>1436,00</b>	