

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

6 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>Какао с молоком</i>	180			6,00	27,00	7/3
	<i>Каша ячневая молочная</i>	150	2,00	2,00	16,00	92,00	13/1
	<i>Батон с джемом</i>	30	2,00	1,00	17,00	79,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	3,60	3,14	38,67	197,37	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			17,00	71,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,31	0,21	16,90	70,72	
ОБЕД							
	<i>-Салат из свежих помидоров и огурцов с репчатым луком</i>	30		2,00	1,00	22,00	15/9
	<i>Суп картофельный с вермишелью</i>	150	1,00	3,00	8,00	64,00	38/1
	<i>Каша перловая рассыпчатая</i>	130	4,00	3,00	30,00	161,00	3/1
	<i>Гуляш мясной</i>	60	10,00	10,00	3,00	144,00	16/3
	<i>Компот из шиповника</i>	150			12,00	50,00	29/3
	<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 ОБЕД	560	18,83	18,88	73,95	540,87	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	<i>Зефир</i>	50					
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	4,64	4,00	6,72	81,44	
УЖИН							
	<i>Салат грушево-яблочный с сахаром</i>	30			4,00	19,00	33/7
	<i>Подлив киселевый</i>	30			2,00	7,00	11/1
	<i>Пудинг творожный</i>	120	23,00	9,00	15,00	233,00	10/3
	<i>Чай без сахара</i>	180					4/1
	<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 УЖИН	400	26,34	9,72	40,95	356,54	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1630	54,00	36,00	177,00	1247,00	