

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

16 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			5,00	23,00	7/3
	<i>Каша молочная из разных круп</i>	150	5,00	6,00	21,00	162,00	18/1
	<i>Батон с сыром</i>	30	4,00	3,00	10,00	87,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	9,59	9,69	36,57	271,85	
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>Салат из тушеной моркови с чесноком</i>	30		2,00	3,00	33,00	43/4
	<i>Суп фасолевый со сметаной</i>	150	2,00	4,00	11,00	93,00	52/4
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	130		2,00		20,00	6/1
	<i>Язык говяжий в томатном соусе</i>	60		2,00	2,00	33,00	2/1
	<i>Компот из кураги и изюма</i>	150			14,00	57,00	2/2
	<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	6,74	12,25	49,60	335,52	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Бананы</i>	60	1,00		12,00	50,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	6,50	6,46	13,28	137,26	
УЖИН							
	<i>-Винегрет овощной</i>	120	2,00	12,00	10,00	160,00	82/3
	<i>Пирожок печеный с картофелем</i>	60	5,00	5,00	37,00	211,00	16/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<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 УЖИН	400	10,54	17,73	71,98	489,45	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1640	34,00	46,00	188,00	1302,00	