

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

14 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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>Какао с молоком</i>	180	4,00	4,00	13,00	99,00	7/3
	<i>Каша "Дружба"</i>	150	5,00	6,00	22,00	162,00	2/1
	<i>Батон с джемом</i>	30	2,00	1,00	17,00	79,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>360</b>	<b>9,95</b>	<b>10,47</b>	<b>51,20</b>	<b>338,81</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			2,00	7,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>1,70</b>	<b>7,09</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из помидоров с репчатым луком</i>	30		2,00	1,00	27,00	13/2
	<i>Суп "Рябчик"</i>	150	2,00	4,00	8,00	75,00	18/5
	<i>-Картофельное пюре</i>	120	3,00	4,00	18,00	116,00	339/9
	<i>Бефстроганов из печени</i>	60	10,00	4,00	5,00	99,00	21/3
	<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
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>18,56</b>	<b>15,13</b>	<b>63,07</b>	<b>462,52</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Булочка домашняя</i>	50	7,00	4,00	40,00	224,00	3/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>210</b>	<b>12,16</b>	<b>10,64</b>	<b>41,78</b>	<b>311,47</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Капуста тушеная с томатом</i>	120	2,00	2,00	7,00	60,00	10/1
	<i>-Суфле из рыбы</i>	60	12,00	4,00	2,00	95,00	284/9
	<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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>17,52</b>	<b>7,57</b>	<b>33,84</b>	<b>273,60</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1620</b>	<b>58,00</b>	<b>44,00</b>	<b>192,00</b>	<b>1393,00</b>	