

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е. Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

12 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							
Какао с молоком		200			7,00	31,00	7/3
Каша кукурузная молочная		200	2,00	3,00	21,00	121,00	8/1
Батон с маслом сливочным		31	2,00	5,00	13,00	105,00	/1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		431	4,24	8,45	41,12	257,43	
10 ЧАСОВ							
Сок		100	1,00		10,00	43,00	1/1
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		100	0,50	0,10	10,10	43,30	
ОБЕД							
Салат из огурцов и помидоров		50		3,00	2,00	39,00	12/2
Рассольник		180	2,00	4,00	13,00	93,00	50/2
Сложный гарнир		150	3,00	4,00	15,00	105,00	12/0
Ласточкино гнездо		85	15,00	13,00	3,00	193,00	29/1
Компот из чернослива		180			15,00	62,00	15/2
-Хлеб пшеничный		25	2,00		12,00	59,00	114/3
-Хлеб столичный		25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
ИТОГО ЗА ОБЕД		695	23,96	25,68	72,17	615,45	
ПОЛДНИК							
Йогурт		180	6,00	7,00	2,00	98,00	45*/0
Яблоки		70			7,00	31,00	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	6,58	7,48	8,84	129,00	
УЖИН							
Икра кабачковая		40	1,00	3,00	3,00	37,00	3/12
Рыба, запеченная в омлете		200	28,00	13,00	8,00	257,00	5/1
Чай полусладкий		200			8,00	32,00	6/3
-Хлеб столичный		25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
-Хлеб пшеничный		25	2,00		12,00	59,00	114/3
ИТОГО ЗА УЖИН		490	32,16	16,36	43,47	449,60	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1966	67,00	58,00	176,00	1495,00	

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е. Н

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

12 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							
		180			6,00	27,00	7/3
	Какао с молоком	150	2,00	2,00	19,00	104,00	8/1
	Каша кукурузная молочная	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	Батон с маслом сливочным	355	3,63	6,80	35,09	216,04	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК							
10 ЧАСОВ							
		100			16,00	68,00	1/1
	Сок	100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ							
ОБЕД							
		30		2,00	1,00	26,00	12/2
	Салат из огурцов и помидоров	150	2,00	4,00	11,00	83,00	50/2
	Рассольник	130	2,00	3,00	13,00	85,00	12/0
	Сложный гарнир	70	13,00	12,00	3,00	168,00	29/1
	Ласточкино гнездо	150			12,00	49,00	15/2
	Компот из чернослива	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	-Хлеб пшеничный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	-Хлеб столичный	570	20,34	21,37	58,80	508,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД							
ПОЛДНИК							
		160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	Йогурт	60			6,00	27,00	
	Яблоки	220	5,84	6,64	7,64	113,68	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК							
УЖИН							
		30		2,00	2,00	28,00	3/12
	Икра кабачковая	160	17,00	7,00	5,00	149,00	5/1
	Рыба, запеченная в омлете	180			5,00	20,00	6/3
	Чай полусладкий	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	-Хлеб столичный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	-Хлеб пшеничный	410	20,85	9,21	32,34	295,63	
ИТОГО ЗА УЖИН							
ИТОГО ЗА ДЕНЬ							
		1655	51,00	44,00	150,00	1202,00	