

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

19 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>Кофейный напиток с молоком</i>	200			10,00	43,00	10/3
	<i>Каша ячневая молочная</i>	200	2,00	3,00	19,00	115,00	13/1
	<i>Батон с джемом</i>	40	2,00	1,00	23,00	105,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>440</b>	<b>4,46</b>	<b>3,98</b>	<b>52,42</b>	<b>263,25</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100	1,00		10,00	43,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,30</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Икра кабачковая</i>	40	1,00	3,00	3,00	37,00	3/12
	<i>Суп картофельный с мясными фрикадельками (мясо филе)</i>	180	5,00	7,00	10,00	123,00	39/1
	<i>Мясо тушеное с гречневой крупой</i>	200	20,00	19,00	37,00	402,00	22/1
	<i>Компот из апельсинов, сухофруктов или чернослива</i>	200			9,00	37,00	14/2
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>670</b>	<b>30,56</b>	<b>29,70</b>	<b>82,97</b>	<b>721,26</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Ряженка</i>	180	5,00	5,00	8,00	92,00	420/9
	<i>Бананы</i>	70	1,00		13,00	59,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>6,27</b>	<b>4,57</b>	<b>21,00</b>	<b>150,21</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат из свежих огурцов с луком</i>	50		4,00	1,00	44,00	16/2
	<i>Рыба, запеченная в сметане с картофелем</i>	200	16,00	6,00	29,00	230,00	114/2
	<i>Чай полусладкий</i>	200			7,00	28,00	6/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>500</b>	<b>20,18</b>	<b>10,76</b>	<b>61,99</b>	<b>425,26</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1960</b>	<b>62,00</b>	<b>49,00</b>	<b>228,00</b>	<b>1603,00</b>	