

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

27 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							
Кофейный напиток с молоком		180	4,00	4,00	13,00	99,00	10/3
Каша ячневая молочная		150	5,00	6,00	21,00	157,00	13/1
Батон с джемом		30	2,00	1,00	17,00	79,00	/0
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		360	10,16	10,24	50,43	334,49	
10 ЧАСОВ							
Сок		100			17,00	71,00	1/1
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		100	0,31	0,21	17,08	71,45	
ОБЕД							
Огурец порционный		40			1,00	5,00	46*/1
Щи из свежей капусты (летние)		150	2,00	4,00	10,00	88,00	55/1
Куринное рагу с картофелем		160	3,00	5,00	21,00	145,00	2/2
Компот из шиповника с лимоном		150			10,00	42,00	30/3
-Хлеб пшеничный		20	2,00		10,00	47,00	114/3
-Хлеб столичный		20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
ИТОГО ЗА ОБЕД		540	8,35	10,72	62,21	378,57	
ПОЛДНИК							
Бананы		60	1,00		12,00	50,00	
Кефир		160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	5,25	4,86	17,52	134,82	
УЖИН							
Подлив киселевый		30			1,00	3,00	11/1
Запеканка из риса с творогом		120	16,00	6,00	22,00	206,00	6/3
Чай без сахара		180					4/1
-Хлеб столичный		20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
-Хлеб пшеничный		20	2,00		10,00	47,00	114/3
Пряники		45	3,00	2,00	34,00	165,00	
ИТОГО ЗА УЖИН		415	21,41	9,00	76,30	471,75	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1635	45,00	35,00	224,00	1391,00	