

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

6 Июня 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	5,00	5,00	15,00	122,00	10/3
	<i>Каша овсяная "Геркулес" молочная</i>	200	6,00	8,00	25,00	195,00	9/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	31	2,00	8,00	16,00	143,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>431</b>	<b>13,16</b>	<b>20,32</b>	<b>56,16</b>	<b>460,15</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100	1,00		11,00	47,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,54</b>	<b>0,11</b>	<b>10,88</b>	<b>46,63</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>-Помидоры свежие</i>	50	1,00		2,00	10,00	112/3
	<i>Суп "Кудрявый"</i>	180	4,00	6,00	16,00	133,00	56/1
	<i>Азу с чесноком и картофелем</i>	200	12,00	14,00	16,00	236,00	14/3
	<i>Компот из апельсинов, сухофруктов или чернослива</i>	180			13,00	53,00	14/2
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		15,00	70,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>660</b>	<b>21,67</b>	<b>20,72</b>	<b>73,44</b>	<b>566,92</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Йогурт</i>	180	6,00	7,00	2,00	96,00	45*/0
	<i>Киви</i>	85	1,00		7,00	33,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>265</b>	<b>6,83</b>	<b>7,37</b>	<b>8,85</b>	<b>129,09</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат "Зимний"</i>	130	3,00	9,00	14,00	150,00	21/2
	<i>Расстегай с рыбой</i>	70	12,00	4,00	25,00	183,00	312/1
	<i>Чай полусладкий</i>	200			6,00	24,00	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>450</b>	<b>18,22</b>	<b>14,32</b>	<b>69,80</b>	<b>480,93</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1906</b>	<b>60,00</b>	<b>63,00</b>	<b>219,00</b>	<b>1684,00</b>	