

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

5 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>Какао с молоком</i>	180	4,00	4,00	12,00	95,00	7/3
	<i>Каша пшённая молочная</i>	150	6,00	5,00	22,00	159,00	4/1
	<i>Батон с джемом</i>	30	2,00	1,00	17,00	79,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>360</b>	<b>10,62</b>	<b>9,68</b>	<b>50,76</b>	<b>332,60</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			17,00	71,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,31</b>	<b>0,21</b>	<b>17,08</b>	<b>71,45</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>-Салат из свежих огурцов</i>	40		2,00	1,00	26,00	13/9
	<i>Свекольник</i>	150	2,00	4,00	11,00	82,00	34/1
	<i>Кабачки фаршированные мясом</i>	170	12,00	10,00	14,00	191,00	27/2
	<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>17,06</b>	<b>16,86</b>	<b>56,19</b>	<b>444,64</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Ряженка</i>	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	<i>Апельсины</i>	60	1,00		5,00	23,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>5,18</b>	<b>4,12</b>	<b>11,58</b>	<b>104,12</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Подлив сметанный сладкий</i>	30		2,00	4,00	37,00	10/2
	<i>Запеканка с фруктами и творогом</i>	150	23,00	8,00	24,00	262,00	2/5
	<i>Чай без сахара</i>	180					4/1
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>26,13</b>	<b>11,31</b>	<b>47,95</b>	<b>397,92</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1630</b>	<b>59,00</b>	<b>42,00</b>	<b>184,00</b>	<b>1351,00</b>	