

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

20 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>	180	4,00	4,00	14,00	103,00	10/3
	<i>Каша пшеничная молочная</i>	150	5,00	5,00	21,00	154,00	8/1
	<i>Батон с сыром</i>	30	4,00	3,00	10,00	87,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>360</b>	<b>13,02</b>	<b>12,17</b>	<b>45,37</b>	<b>343,05</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			17,00	73,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,32</b>	<b>0,21</b>	<b>17,39</b>	<b>72,75</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из консервированных огурцов и томатов в с/с</i>	30		2,00	1,00	26,00	32/1
	<i>Борщ</i>	150	2,00	4,00	10,00	85,00	25/3
	<i>Рис припущенный с маслом</i>	130	3,00	2,00	33,00	160,00	2/1
	<i>Котлеты, биточки (говяжьи), запеченные в томатном соусе.</i>	50	9,00	8,00	2,00	117,00	4/3
	<i>Компот из свежих груш</i>	150			8,00	33,00	25/1
	<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>17,08</b>	<b>16,75</b>	<b>75,07</b>	<b>519,17</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Снежок</i>	160	4,00	3,00	14,00	99,00	420/9
	<i>Вафли</i>	15		1,00	12,00	51,00	
	<i>Апельсины</i>	50			4,00	19,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>225</b>	<b>4,38</b>	<b>3,85</b>	<b>29,69</b>	<b>169,18</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Икра кабачковая</i>	30		2,00	2,00	28,00	3/12
	<i>Рыба, запеченная в омлете</i>	150	16,00	6,00	1,00	125,00	5/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<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>19,40</b>	<b>9,06</b>	<b>28,12</b>	<b>271,63</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1635</b>	<b>54,00</b>	<b>42,00</b>	<b>196,00</b>	<b>1376,00</b>	