

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

2 Июля 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 маслом сливочным		25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		355	10,16	13,87	44,00	341,38	
10 ЧАСОВ							
Сок		100			16,00	68,00	1/1
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ОБЕД							
-Огурцы соленые		30			1,00	3,00	78*/8
Борщ		150	2,00	4,00	11,00	86,00	25/3
Макаронные изделия с маслом		110		1,00		10,00	6/1
Бефстроганов из мяса		80	10,00	11,00	3,00	152,00	19/3
Компот из изюма		150			13,00	52,00	23/3
-Хлеб столичный		20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
-Хлеб пшеничный		20	2,00		10,00	47,00	114/3
ИТОГО ЗА ОБЕД		560	15,21	17,26	46,25	401,04	
ПОЛДНИК							
Йогурт		160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
Бананы		70	1,00		13,00	59,00	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		230	6,65	6,47	15,20	145,63	
УЖИН							
-Помидоры свежие		30			1,00	6,00	112/3
Рыба, запеченная в сметане с картофелем		160	12,00	3,00	22,00	159,00	114/2
Чай полусладкий		180			5,00	20,00	6/3
-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 УЖИН		410	15,64	3,36	47,71	283,61	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1655	48,00	41,00	169,00	1240,00	