

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

30 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		
ЗАВТРАК							
-Кофейный напиток с молоком		180	3,00	3,00	14,00	93,00	414/9
Каша пшеничная молочная		200	3,00	3,00	20,00	115,00	8/1
Батон с джемом		40	2,00	1,00	25,00	116,00	/0
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	7,28	6,28	59,77	324,68	
10 ЧАСОВ							
Сок		100			9,00	39,00	1/1
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		100	0,45	0,09	9,15	39,22	
ОБЕД							
Салат из моркови тушеной с чесноком		50	1,00	3,00	3,00	46,00	35/2
Суп картофельный с соленым огурцом		180	2,00	5,00	12,00	98,00	32/1
Каша гречневая рассыпчатая		130	7,00	3,00	30,00	169,00	1/1
Сердце в соусе		70	1,00	3,00	3,00	36,00	3/1
Компот из сухих фруктов		180			7,00	30,00	20/3
-Хлеб столичный		25	2,00	1,00	10,00	53,00	116/3
-Хлеб пшеничный		25	2,00		14,00	66,00	114/3
ИТОГО ЗА ОБЕД		660	13,75	14,18	78,88	497,94	
ПОЛДНИК							
Яблоки		70			7,00	31,00	
Кисель из плодового или ягодного концентрата		180			2,00	7,00	25/3
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	0,38	0,35	8,41	38,32	
УЖИН							
Салат "Зимний"		150	3,00	5,00	15,00	116,00	21/2
Пирожок печеный с капустой		70	8,00	6,00	47,00	270,00	12/1
Чай полусладкий		180			6,00	24,00	6/3
-Хлеб столичный		25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
-Хлеб пшеничный		25	2,00		12,00	59,00	114/3
ИТОГО ЗА УЖИН		450	14,10	11,73	92,98	533,62	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1880	36,00	33,00	249,00	1434,00	