

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли 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		150	2,00	2,00	12,00	79,00	414/9
Каша пшеничная молочная		150	2,00	2,00	16,00	95,00	8/1
Печенье весовое		25	2,00	4,00	17,00	113,00	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		325	6,14	9,06	45,18	286,76	
10 ЧАСОВ							
Сок		100			10,00	43,00	1/1
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		100	0,19	0,13	10,19	42,63	
ОБЕД							
Салат из моркови тушеной с чесноком		30		2,00	3,00	33,00	35/2
Суп картофельный с соленым огурцом		150	2,00	4,00	10,00	80,00	32/1
Каша гречневая рассыпчатая		110	5,00	2,00	24,00	136,00	1/1
Сердце в соусе		50		1,00	2,00	21,00	3/1
Компот из сухих фруктов		150			6,00	25,00	20/3
-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		530	11,07	10,24	64,57	394,63	
ПОЛДНИК							
Яблоки		60			6,00	27,00	
Кисель из плодового или ягодного концентрата		160			1,00	7,00	25/3
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	0,33	0,30	7,30	33,26	
УЖИН							
Салат "Зимний"		130	2,00	9,00	14,00	149,00	21/2
Пирожок печеный с капустой		50	6,00	4,00	38,00	212,00	12/1
Чай полусладкий		180			5,00	20,00	6/3
-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 УЖИН		400	11,73	13,96	76,81	479,57	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1575	29,00	34,00	204,00	1237,00	