



Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет

МЕНЮ
Для детей в возрасте 1,3 - 3 лет
На 04.06.2024

ДЕНЬ 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1- 3(г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак:	Каша вязкая молочная с маслом сливочным	150/5	4,56	5,91	21,78	159
	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	63
	Сыр порционно	10	2,32	2,95	0	36,98
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	12,93	35,48
	Чай с лимоном	150/7/3,5	0,07	0,01	7,1	29
2 завтрак	Сок фруктовый	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Обед	Овощи свежие	20	0,14	0,02	0,38	2,4
	Суп картофельный с крупой	150	1,6	1,68	10,28	62,7
	Фрикадельки рыбные отварные	60	7,99	2,1	4,38	68
	Соус белый основной	15	0,09	0,53	0,55	7,31
	Каша вязкая рисовая	110	1,65	2,81	17,08	100
	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	20,91	85,95
	Хлеб ржаной	30	1,98	1,03	10,02	52,2
	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,7	47,3
Полдник	Птица тушеная в соусе с овощами	180	9,09	6,5	16,49	161
	Чай с сахаром	150/7	0,052	0,015	11,25	45
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	12,93	35,48
Итого за день		1420	38,85	28,92	181,15	1093,94

Медицинская сестра Абдурефиева Л.А.

Повар Ковалева Е.Н.



ОТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет

МЕНЮ

Для детей в возрасте 3-7 лет

На 07.06.2024

ДЕНЬ 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда на 3-7 лет	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак:	Каша вязкая молочная с маслом сливочным	180/5	5,472	7,092	26,136	190,8
	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	63
	Сыр порционнo	15	3,48	4,425	0	55,47
	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	17,24	47,31
	Чай с лимоном	180/10/7	0,084	0,012	8,52	34,8
2 завтрак	Сок фруктовый	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Обед	Овощи свежие	40	0,28	0,04	0,76	4,80
	Суп картофельный с крупой	180	1,92	2,016	12,336	75,24
	Фрикадельки рыбные отварные	80	10,65	2,80	5,84	90,67
	Соус белый основной	30	0,18	1,06	1,1	14,62
	Каша вязкая рисовая	120	1,8	3,07	18,63	109,09
	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,09	103,14
	Хлеб ржаной	40	2,64	1,37	13,36	69,6
	Хлеб пшеничный	30	2,39	0,30	14,55	70,95
Полдник	Птица тушеная в соусе с овощами	230	11,62	8,31	21,07	205,72
	Чай с сахаром	180/10	0,0624	0,018	13,5	54
	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	17,24	47,31
Итого за день		1750	49,11	35,79	220,75	1339,65

Медицинская сестра Абдурафиева Л.А.

Повар Ковалева Е.Н.