

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет



МЕНЮ
Для детей в возрасте 1,3-3 лет.
На 28.06.2024

ДЕНЬ 3

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:	Пудинг из творога я с яблоками	130	17,69	13,87	19,01	271,7
	Соус сладкий яблочный	15	0,013	0,0135	2,55	10,39
	Кофейный напиток с молоком	150	2,38	2	11,96	75,83
2 завтрак	Фрукты свежие	60	0,9	1,35	14,18	57
Обед	Овощи свежие	20	0,22	0,04	0,76	4,4
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,04	2,93	5,09	50,82
	Тефтели рыбные тушеные	60	7,72	2,95	8,28	90
	Соус сметанный	15	0,21	0,75	0,88	11,11
	Картофельное пюре	110	0,24	3,52	14,99	100,65
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	15,55	65,83
	Хлеб ржаной	30	1,98	1,03	10,02	52,2
	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,7	47,3
Полдник	Овощи свежие	20	0,22	0,04	0,76	4,4
	Пудинг из печени говяжьей с маслом сливочным	90/5	13,08	15,6	6,8	142
	Рис припущенный	110	2,66	3,15	26,89	146,63
	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,7	47,3
	Чай с сахаром	150/7	0,052	0,015	11,25	45
	Итого за день		1305	52,10	47,87	168,37

Медицинская сестра Абдурафиева Л.А.

Повар Ковалева Е.Н.



Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет

МЕНЮ
Для детей в возрасте 3-7 лет
На 28.06.2024
ДЕНЬ 3

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:	Пудинг из творога я с яблоками	150	20,41	16,00	21,93	313,50
	Соус сладкий яблочный	30	0,026	0,027	5,1	20,78
	Кофейный напиток с молоком	180	2,86	2,4	14,35	91,00
2 завтрак	Фрукты свежие	80	1,20	1,80	18,91	76,00
Обед	Овощи свежие	40	0,44	0,08	1,52	8,8
	Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,25	3,52	6,11	60,98
	Тефтели рыбные тушеные	80	10,29	3,93	11,04	120,00
	Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,22
	Картофельное пюре	120	0,26	3,84	16,35	109,80
	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,66	79,00
	Хлеб ржаной	30	1,98	1,03	10,02	52,2
	Хлеб пшеничный	30	2,385	0,3	14,55	70,95
Полдник	Овощи свежие	40	0,44	0,08	1,52	8,8
	Пудинг из печени говяжьей с маслом сливочным	100/5	14,46	17,24	7,52	156,95
	Рис припущенный	120	2,90	3,44	29,33	159,96
	Хлеб пшеничный	30	2,39	0,30	14,55	70,95
	Чай с сахаром	180/10	0,0624	0,018	13,5	54
Итого за день		1605	62,38	55,76	206,72	1475,88

Медицинская сестра Л.А. / Абдуретиева Л.А.

Повар Е.Н. / Ковалёва Е.Н.