

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Орловский УВК

Р.М.Шеремет

МЕНЮ

Для детей в возрасте 1,3 - 3 лет

На 20.01.2025ДЕНЬ 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	4,34	7,98	23,91	185,71
	Бутерброд с маслом сливочным	5/15	1,23	3,78	7,3	68
	Чай с молоком	150	2,22	1,95	11,93	74,16
2 завтрак	Фрукты свежие	60	0,24	0,24	5,88	26,4
Обед	Икра морковная	40	0,88	1,84	4,35	37,48
	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	150	1,63	3,57	8,21	7,05
	Рулет из рыбы с маслом сливочным	60/5	7,93	4,38	7,03	99
	Пюре картофельное	110	0,24	3,52	14,99	100,65
	Сок фруктовый	180	0,14	0,14	25,09	103,14
	Хлеб ржаной	30	1,98	1,03	10,02	52,2
	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,7	47,3
Полдник	Омлет с зеленым горошком с маслом сливочным	60/5	4,57	9,5	3,79	119
	Чай с сахаром	150/7	0,052	0,015	11,25	45
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,27	35,48
Итого за день		1210	28,23	38,30	150,72	1000,57

Медицинская сестра ШР / Абдурениева Л.А.Повар Сак / Сак И.Н

МЕНЮ
 Для детей в возрасте 3-7 лет
 На 20.01.2025

ДЕНЬ 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда 3-7(л)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак:	Каша вязкая молочная с маслом сливочным	180/5	5,21	9,58	28,69	222,85
	Бутерброд с маслом сливочным	5/20	1,54	4,73	9,13	85,00
	Чай с молоком	180	2,66	2,34	14,32	88,99
2 завтрак	Фрукты свежие	80	0,32	0,32	7,84	35,2
Обед	Икра морковная	60	1,32	2,76	6,525	56,22
	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	180	1,956	4,284	9,852	8,46
	Рулет из рыбы с маслом сливочным	80/5	10,37	5,73	9,19	129,46
	Пюре картофельное	120	0,26	3,84	16,35	109,80
	Сок фруктовый	180	0,14	0,14	25,09	103,14
	Хлеб ржаной	30	1,98	1,03	10,02	52,2
	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,7	47,3
Полдник	Омлет с зеленым горошком с маслом сливочным	80/5	5,98	12,42	4,96	155,62
	Чай с сахаром	180/10	0,0624	0,018	13,5	54
	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,7	47,3
Итого за день		1440	34,97	47,58	174,86	1195,55

Медицинская сестра Абдурефиева Л.А.

Повар Сак И.Н.