

МЕНЮ

Для детей в возрасте 1,3-3 лет
На 22.01.2025

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:	Запеканка из творога с соусом молочным	130	23,09	15,73	23,88	328,9
	Соус молочный сладкий	15	0,29	0,677	1,99	15,23
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89
2 завтрак	Фрукты свежие	60	0,24	0,24	5,88	26,4
Обед	Овощи соленные	20	0,22	0,04	0,76	4,4
	Суп-лапша домашняя	150	1,54	3,33	6,97	69,45
	Плов из птицы	160	15,12	12,76	26,76	282
	Компот из сухофруктов	150	0,49	0,07	24,07	99,6
	Хлеб ржаной	30	1,98	1,03	10,02	52,2
	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,7	47,3
Полдник	Оладьи с повидлом	60/5	4,56	4,06	27,75	166
	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85
Итого за день		1305	56,85	44,94	158,32	1265,48

Медицинская сестра Абдурефиева Л.А. / Абдурефиева Л.А.

Повар Сак В.В. /Сак В.В



УТВЕРЖДАЮ

Врио директора МБОУ Орловский УВК
В.Н Сорокин

МЕНЮ

Для детей в возрасте 3-7 лет

На 22.01.2025г

ДЕНЬ 3

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:	Запеканка из творога с соусом молочным	150	26,64	18,15	27,55	379,50
	Соус молочный сладкий	30	0,58	1,354	3,98	30,46
	Какао с молоком	180	3,78	3,264	15,552	106,8
2 завтрак	Фрукты свежие	80	0,32	0,32	7,84	35,2
Обед	Овощи соленные	40	0,44	0,08	1,52	8,8
	Суп-лапша домашняя	180	1,848	3,996	8,364	83,34
	Плов из птицы	210	19,8	16,7	35,1	370,1
	Компот из сухофруктов	180	0,588	0,084	28,884	119,52
	Хлеб ржаной	40	2,64	1,37	13,36	69,60
	Хлеб пшеничный	30	2,385	0,3	14,55	70,95
Полдник	Оладьи с повидлом	120/10	9,12	8,12	55,5	332
	Молоко кипяченое	180	5,496	4,896	9,096	102
Итого за день		1430	73,68	58,68	221,32	1708,30

Медицинская сестра М / Абдурефиева Л.А.

Повар Сак / Сак В.В