



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ Орловский УВК  
Р.М.Шеремет

**МЕНЮ**  
Для детей в возрасте 1,3-3 лет  
На 21.05.2015г

**ДЕНЬ 5**

| Прием<br>пищи | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда 1-3<br>(года) | Пищевые вещества(г) |        |        | Энергетическая<br>ценность |
|---------------|--------------------------------------|------------------------------|---------------------|--------|--------|----------------------------|
|               |                                      |                              | Б                   | Ж      | У      |                            |
| 1             | 2                                    | 3                            | 4                   | 5      | 6      | 7                          |
| Завтрак:      | Каша вязкая молочная с крупой        | 150                          | 4,29                | 7,75   | 30,68  | 191,43                     |
|               | Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 5/15/10                      | 1,84                | 5,66   | 11     | 102                        |
|               | Чай с молоком                        | 150                          | 2,22                | 1,95   | 11,93  | 74,16                      |
| 2-завтрак     | Фрукты свежие                        | 60                           | 0,9                 | 0,3    | 12,6   | 57                         |
| Обед:         | Салат из свеклы с солеными огурцами  | 20                           | 0,288               | 1,22   | 1,33   | 17,48                      |
|               | Щи из свежей капусты с картофелем    | 150                          | 1,04                | 2,93   | 5,09   | 50,85                      |
|               | Рыба тушеная с овощами               | 30/30                        | 5,94                | 3,42   | 1,54   | 61                         |
|               | Картофельное пюре                    | 110                          | 0,24                | 3,52   | 14,99  | 100,65                     |
|               | Кисель из сока                       | 150                          | 0,43                | 0,045  | 22,65  | 92,7                       |
|               | Хлеб ржаной                          | 30                           | 1,98                | 1,03   | 10,02  | 52,2                       |
|               | Хлеб пшеничный                       | 20                           | 1,59                | 0,2    | 9,7    | 47,3                       |
|               |                                      |                              |                     |        |        |                            |
| Полдник       | Суфле морковно-яблочное              | 100                          | 2,8                 | 6,1    | 10,3   | 113,1                      |
|               | Чай с лимоном                        | 150/7/3,5                    | 0,07                | 0,01   | 7,1    | 29                         |
|               | Кондитерское изделие                 | 30                           | 2,25                | 2,94   | 22,32  | 125,1                      |
| Итого за день |                                      | 1210                         | 23,628              | 34,135 | 148,93 | 988,87                     |

Медицинская сестра Абдурефиева Л.А.

Повар Сак И.Н.



Директор МБОУ Орловский УВК  
Р.М.Шеремет

**МЕНЮ**  
Для детей в возрасте 3-7 лет  
На 21.02.2025

**ДЕНЬ 5**

| Прием<br>пищи    | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда на<br>3-7 лет | Пищевые вещества(г) |       |        | Энергетич<br>еская<br>ценность |
|------------------|-----------------------------------------|------------------------------|---------------------|-------|--------|--------------------------------|
|                  |                                         |                              | Б                   | Ж     | У      |                                |
| 1                | 2                                       | 3                            | 4                   | 5     | 6      | 7                              |
| Завтрак:         | Каша вязкая молочная с<br>крупой        | 180                          | 5,148               | 9,3   | 36,816 | 229,716                        |
|                  | Бутерброд с маслом<br>сливочным и сыром | 20\5\10                      | 2,15                | 6,60  | 12,83  | 119,00                         |
|                  | Чай с молоком                           | 180                          | 2,664               | 2,34  | 14,316 | 88,992                         |
| 2-завтрак        | Фрукты свежие                           | 80                           | 1,2                 | 0,4   | 16,8   | 76                             |
| Обед:            | Салат из свеклы с<br>солеными огурцами  | 40                           | 0,576               | 2,44  | 2,66   | 34,96                          |
|                  | Щи из свежей капусты с<br>картофелем    | 180                          | 1,248               | 3,516 | 6,108  | 61,02                          |
|                  | Рыба тушеная с овощами                  | 40/40                        | 7,92                | 4,56  | 2,05   | 81,33                          |
|                  | Картофельное пюре                       | 120                          | 0,26                | 3,84  | 16,35  | 109,80                         |
|                  | Кисель из сока                          | 180                          | 0,516               | 0,054 | 27,18  | 111,24                         |
|                  | Хлеб ржаной                             | 40                           | 2,64                | 1,37  | 13,36  | 69,60                          |
|                  | Хлеб пшеничный                          | 30                           | 2,385               | 0,3   | 14,55  | 70,95                          |
| Полдник          | Суфле морковно-яблочное                 | 150                          | 4,2                 | 9,15  | 15,45  | 169,65                         |
|                  | Чай с лимоном                           | 180/7                        | 0,084               | 0,012 | 8,52   | 34,8                           |
|                  | Кондитерское изделие                    | 50                           | 3,75                | 4,9   | 37,2   | 208,5                          |
| Итого за<br>день |                                         | 1525                         | 30,99               | 43,89 | 187,00 | 1257,06                        |

Медицинская сестра Аб / Абдурефиева Л.А.

Повар Сак / Сак И.Н