



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет

МЕНЮ

Для детей в возрасте 1,3-3 лет

На 04.03.2015

ДЕНЬ 5

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1-3 (года)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая 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 АИ / Абдурефиева Л.А.Повар Сак / Сак И.Н.



МЕНЮ
Для детей в возрасте 3-7 лет
На 07.03.2015

ДЕНЬ 5

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда на 3-7 лет	Пищевые вещества(г)			Энергетич еская ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак:	Каша вязкая молочная с крупой	180	5,148	9,3	36,816	229,716
	Бутерброд с маслом 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 солеными огурцами	40	0,576	2,44	2,66	34,96
	Щи из свежей капусты с 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 день		1525	30,99	43,89	187,00	1257,06

Медицинская сестра М / Абдурефиева Л.А.

Повар Олеу / Сак И.Н