

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ Орловский УВК  
Р.М.Шермет



**МЕНЮ**  
Для детей в возрасте 1,3-3 лет  
На 04.04.2025

**ДЕНЬ 4**

| Прием<br>пищи | Наименование блюда                                       | Выход<br>блюда 1-<br>3(г) | Пищевые вещества(г) |        |        | Энергетическая<br>ценность |
|---------------|----------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------|--------|--------|----------------------------|
|               |                                                          |                           | Б                   | Ж      | У      |                            |
| 1             | 2                                                        | 3                         | 4                   | 5      | 6      | 7                          |
| Завтрак:      | Каша молочная жидкая из овсяной крупы с маслом сливочным | 150/5                     | 3,69                | 5,4    | 17,62  | 134                        |
|               | Сыр твердый (порционно)                                  | 10                        | 2,32                | 2,95   | 0      | 36,98                      |
|               | Хлеб пшеничный                                           | 20                        | 1,59                | 0,2    | 9,7    | 47,3                       |
|               | Чай с сахаром                                            | 150/7                     | 0,052               | 0,015  | 11,25  | 45                         |
| 2 завтрак     | Сок фруктовый                                            | 180                       | 0,14                | 0,14   | 25,09  | 103,14                     |
| Обед          | Овощи соленые                                            | 20                        | 0,16                | 0,02   | 0,34   | 2                          |
|               | Рассольник Ленинградский                                 | 150                       | 1,31                | 3,08   | 9,99   | 72,9                       |
|               | Гуляш из отварного мяса говядины                         | 60/60                     | 15,42               | 12,41  | 3,96   | 189                        |
|               | Каша рассыпчатая                                         | 110                       | 6,31                | 4,47   | 28,34  | 178,75                     |
|               | Компот из свежих плодов                                  | 150                       | 0,12                | 0,12   | 20,91  | 85,95                      |
|               | Хлеб ржаной                                              | 30                        | 1,98                | 1,03   | 10,02  | 52,2                       |
|               | Хлеб пшеничный                                           | 20                        | 1,59                | 0,2    | 9,7    | 47,3                       |
| Полдник       | Пирог открытый                                           | 50                        | 3,09                | 1,61   | 27,66  | 137,5                      |
|               | Кисломолочный продукт                                    | 150                       | 4,35                | 3,75   | 6,3    | 76                         |
| Итого за день |                                                          | 1315                      | 42,122              | 35,395 | 180,88 | 1208,02                    |

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

Повар А.С. / Сак И.Н

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Орловский УВК  
Р.М.Шеремет



МЕНЮ

Для детей в возрасте 3-7 лет

На 07.04.2025

ДЕНЬ 4

| Прием<br>пищи | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда<br>3-7(л) | Пищевые вещества(г) |       |        | Энергетическая<br>ценность |
|---------------|-----------------------------------------|--------------------------|---------------------|-------|--------|----------------------------|
|               |                                         |                          | Б                   | Ж     | У      |                            |
| 1             | 2                                       | 3                        | 4                   | 5     | 6      | 7                          |
| Завтрак:      | Каша молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5                    | 4,428               | 6,48  | 21,144 | 160,8                      |
|               | Сыр твердый (порционно)                 | 15                       | 3,48                | 4,425 | 0      | 55,47                      |
|               | Хлеб пшеничный                          | 20                       | 1,59                | 0,2   | 9,7    | 47,3                       |
|               | Чай с сахаром                           | 180                      | 0,0624              | 0,018 | 13,5   | 54                         |
| 2 завтрак     | Сок фруктовый                           | 180                      | 0,14                | 0,14  | 25,09  | 103,14                     |
| Обед          | Овощи соленые                           | 40                       | 0,32                | 0,04  | 0,68   | 4                          |
|               | Рассольник Ленинградский                | 180                      | 1,572               | 3,696 | 11,988 | 87,48                      |
|               | Гуляш из отварного мяса говядины        | 80/80                    | 20,56               | 16,55 | 5,28   | 252                        |
|               | Каша рассыпчатая                        | 120                      | 6,88                | 4,88  | 30,92  | 195,00                     |
|               | Компот из свежих плодов                 | 180                      | 0,144               | 0,144 | 25,092 | 103,14                     |
|               | Хлеб ржаной                             | 40                       | 2,64                | 1,37  | 13,36  | 69,6                       |
|               | Хлеб пшеничный                          | 30                       | 2,385               | 0,3   | 14,55  | 70,95                      |
|               |                                         |                          |                     |       |        |                            |
| Полдник       | Пирог открытый                          | 100                      | 6,18                | 3,22  | 55,32  | 275                        |
|               | Кисломолочный продукт                   | 180                      | 5,22                | 4,5   | 7,56   | 91,2                       |
| Итого за день |                                         | 1610                     | 55,61               | 45,96 | 234,18 | 1569,08                    |

Медицинская сестра Аб / Абдуретиева Л.А.

Повар В.И.С. / Сак И.Н