



МЕНЮ
Для детей в возрасте 1,3-3 лет
На 22.04.2018

ДЕНЬ 4

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 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 Абдурефиева Л.А.

Повар Ковалева Е.Н.



Директор МБОУ Орловский УВК
М.Шеремет

МЕНЮ
Для детей в возрасте 3-7 лет
На 22.04.2018
ДЕНЬ 4

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 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 А / Абдурефиева Л.А.

Повар Ков / Ковалева Е.Н