



МЕНЮ
Для детей в возрасте 1,3-3 лет
На 05.09.2025

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 из смеси круп	150	5,6	7,05	26,48	192
	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	Фрукты свежие	50	0,2	0,2	4,9	22
Обед	Овощи свежие	20	0,22	0,04	0,76	4,4
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,04	2,93	5,09	50,85
	Тефтели рыбные тушеные с соусом	70/15	10,78	4,47	11,33	128,56
	Картофельное пюре	100	0,22	3,2	13,63	91,5
	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	Пудинг из творога с яблоками	50	6,82	6,03	7,37	111
	Соус яблочный	15	0,014	0,013	2,55	10,39
	Кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6,3	76
Итого за день		1160	39,832	31,425	137,06	993,86

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

Повар Е.Н. / Ковалева Е.Н.



Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет

МЕНЮ
Для детей в возрасте 3-7 лет
На 05.09.2018
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 из смеси круп	180	6,72	8,46	31,776	230,4
	Хлеб пшеничный	30	2,385	0,3	14,55	70,95
	Чай с сахаром	180/10	0,0624	0,018	13,5	54
2 завтрак	Фрукты свежие	70	0,28	0,28	6,86	30,8
Обед	Овощи свежие	40	0,44	0,08	1,52	8,8
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,39	3,91	6,79	67,80
	Тефтели рыбные тушеные с соусом	80/30	11,41	4,73	12,00	136,12
	Картофельное пюре	100	0,22	3,2	13,63	91,5
	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,09	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	Пудинг из творога с яблоками	50	6,82	6,03	7,37	111
	Соус яблочный	15	0,014	0,013	2,55	10,39
	Кисломолочный продукт	170	4,93	4,25	7,14	86,13
Итого за день		1445	49,36	38,17	170,22	1224,22

Медицинская сестра А.А. / Абдуретиева Л.А.

Повар Ковалев / Ковалева Е.Н