



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет

МЕНЮ

Для детей в возрасте 1,3-3 лет

На 29.09.2025г

ДЕНЬ 10

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:	Суп молочный с крупой	150	4,44	4,44	13,44	111,6
	Бутерброд с маслом сливочным и с сыром	20\5\10	1,84	5,66	11	102
	Чай с сахаром	150/7	0,052	0,015	11,25	45
П- завтрак	Фрукты свежие	50	0,2	0,2	4,9	22
Обед	Овощи свежие/Овощи соленые	20/20	0,22	0,13	0,7	4
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150/15	1,12	1,82	9,4	67,35
	Голубцы ленивые	120	10,61	6,81	15,04	164
	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
	Кофейный напиток с молоком	150	2,38	2	11,96	75,83
Итого за день		1105	31,39	28,47	128,24	898,62

Медицинская сестра Абдурафиева Л.А.

Повар Ковалева Е.Н.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет

МЕНЮ
Для детей в возрасте 3-7 лет
На 29.09.2025

ДЕНЬ 10

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда на 3-7 лет	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2		4	5	6	7
Завтрак:	Суп молочный с крупой	180	5,33	5,33	16,13	133,92
	Бутерброд с маслом сливочным и с сыром	30\5\15	2,63	8,09	15,71	145,71
	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	13,50	54,00
II-завтрак	Фрукты свежие	70	0,28	0,28	6,86	30,8
Обед	Овощи свежие/Овощи соленные	30	0,33	0,195	1,05	6
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200/20	1,49	2,43	12,53	89,80
	Голубцы ленивые	160/30	14,15	9,08	20,05	218,67
	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	2,39	0,30	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
	Кофейный напиток с молоком	150	2,38	2	11,96	75,83

Медицинская сестра Абдурезиева Л.А.

Повар Ковалева Е.Н.