

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет

МЕНЮ

Для детей в возрасте 1,3-3 лет

На 02.10.2021

ДЕНЬ 3

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:	Пудинг из творога (запеченный)	100	15,14	10,76	24,33	255
	Соус молочный сладкий	15	0,29	0,677	1,99	15,23
	Чай с сахаром	150/7	0,04	0,01	6,99	28
	Кондитерское изделие	40	3	3,92	29,76	166,8
2 завтрак	Фрукты свежие	60	0,47	0,1	12,03	51,13
Обед	Икра баклажанная из свежих овощей/ Икра свекольная	40/40	0,94	1,84	4,93	40,04
	Борщ с капустой и картофелем	150	1,09	2,95	7,64	61,5
	Биточки паровые из говядины с соусом молочным	60/15	15,12	12,76	26,76	282
	Каша рассыпчатая	100	5,73	1,53	25,76	162,5
	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	15	1,49	0,77	7,52	39,15
Полдник	Булочка "Российская"	60	4,22	4,81	29,22	177
	Кофейный напиток с молоком	150	2,38	2	11,96	75,83
Итого за день		1135	52,01	43,28	219,82	1492,33

Медицинская сестра Абдурефиева Л.А.

Повар Ковалева Е.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет



МЕНЮ

Для детей в возрасте 3-7 лет
На 02.10.2023

ДЕНЬ 3

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:	Пудинг из творога (запеченный)	130	19,68	13,99	31,63	331,50
	Соус молочный сладкий	30	0,58	1,354	3,98	30,46
	Чай с сахаром	180/10	0,048	0,012	8,388	33,6
	Кондитерское изделие	50	3,75	4,9	37,2	208,5
2 завтрак	Фрукты свежие	70	0,55	0,12	14,04	59,65
Обед	Икра баклажанная из свежих овощей/ Икра свекольная	60/60	1,41	2,76	7,395	60,06
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,19	82,00
	Биточки паровые из говядины с соусом молочным	80/30	22,2	18,7	39,2	413,6
	Каша рассыпчатая	120	6,88	1,84	30,91	195,00
	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,09	103,14
	Хлеб ржаной	40	26,4	13,73	133,6	696
	Хлеб пшеничный	30	2,98	1,54	15,04	78,3
Полдник	Булочка "Российская"	100	7,033	8,017	48,700	295,000
	Кофейный напиток с молоком	180	2,86	2,40	14,35	91,00
Итого за день		1480	95,94	73,45	419,76	2677,81

Медицинская сестра А / Абдурефиева Л.А.

Повар Ков / Ковалева Е.Н