



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет

МЕНЮ
Для детей в возрасте 1,3-3 лет
На 03.10.2017
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/Овощи соленые	20/20	0,22	0,13	0,7	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	Сырники из творога с молоком сгущенным	65/20	12,09	8,22	6,99	150,8
	Кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6,3	76
Итого за день		1160	39,832	31,515	137	993,46

Медицинская сестра М / Абдуретиева Л.А.

Повар Ковалева / Ковалева Е.Н



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет

МЕНЮ
Для детей в возрасте 3-7 лет
На 03.10.2024
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/Овощи соленные	40/40	0,44	0,26	1,4	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	Сырники из творога с молоком сгущенным	85/30	16,36	11,12	9,46	204,02
	Кисломолочный продукт	170	4,93	4,25	7,14	86,13
Итого за день		1445	49,36	38,35	170,10	1223,42

Медицинская сестра Абдурафиева Л.А.

Повар Ковалева Е.Н.