



Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет

МЕНЮ

Для детей в возрасте 1,3-3 лет

На 20.01.2026

ДЕНЬ 7

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1-3 (г)	Пищевые вещества (мг)			Энергетиче ская ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак:	Суп молочный с крупой	150	4,44	4,44	13,43	194,93
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89
	Бутерброд с маслом сливочным	5/15	0,89	2,75	5,32	49,5
2 завтрак	Фрукты свежие	60	0,24	0,24	7,59	28,2
Обед	Овощи соленные	40	0,32	0,04	0,68	4
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,61	1,7	10,28	62,85
	Котлеты рубленые из говядины с маслом сливочным	60/5	9,1	6,86	9,14	134,59
	Каша вязкая	100	3,19	2,95	20,58	121,7
	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,18	76,8
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Полдник	Запеканка овощная с соусом сметанным	100/15	3,85	6,53	18,04	247
	Чай с лимоном	150/7/3,5	0,07	0,01	7,1	29
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
	Крендель сахарный	50	3,54	6,57	27,87	185
	Объем блюд за день	1290				
	Итого за день		35,64	35,47	175,67	1345,27

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 20.01.2016
ДЕНЬ 7

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда 3-7 (г)	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак:	Суп молочный с крупой	180	5,33	5,33	16,12	233,92
	Какао с молоком	180	3,78	3,264	15,552	106,8
	Бутерброд с маслом сливочным	15/5	0,89	2,75	5,32	49,50
2 завтрак	Фрукты свежие	70	0,28	0,28	8,86	32,90
Обед	Овощи соленые	60	0,48	0,06	1,02	6
	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,93	2,04	12,34	75,42
	Котлеты рубленые из говядины с маслом сливочным	80/5	11,90	8,97	11,95	176,00
	Каша вязкая	100	3,19	2,95	20,58	121,7
	Сок фруктовый	180	1,08	0	21,816	92,16
	Хлеб пшеничный	20	1,57	0,20	9,65	47,00
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдник	Запеканка овощная с соусом сметанным	150/15	5,78	9,80	27,06	370,50
	Чай с лимоном	180/10	0,084	0,012	8,52	34,8
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
	Крендель сахарный	60	4,25	7,88	33,44	222,00
Объем блюд за день		1525				

Медицинская сестра Ш / Абдурефиева Л.А.

Повар Ковалева / Ковалева Е.Н