



Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шермет

МЕНЮ
Для детей в возрасте 1,3-3 лет
На 21.01.2026
ДЕНЬ 8

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:	Каша вязкая молочная	150	2,56	4,17	26,57	154,05
	Чай с сахаром	150/7	2,22	1,95	11,93	74,16
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
2 завтрак	Фрукты свежие	60	0,24	0,24	7,59	28,2
Обед	Салат из свеклы с черносливом	40	0,63	2,07	7,86	52,6
	Суп из овощей	150	0,95	2,99	5,47	57,15
	Суфле из рыбы с маслом сливочным	60/5	9,54	5,31	2,44	96
	Пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,62	91,5
	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	20,91	85,95
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Полдник	Сырники с картофелем с соусом молочным	50/15	6,9	6,15	10,46	130
	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77
Объем блюд за день		1140				
Итого за день			32,19	29,19	142,66	969,31

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

Повар Ковалева / Ковалева Е.Н.



МЕНЮ
Для детей в возрасте 3-7 лет
На 21.01.2026
ДЕНЬ 8

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:	Каша вязкая молочная	180	3,07	5,00	31,88	184,86
	Чай с сахаром	180/10	2,66	2,34	14,32	88,99
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
2 завтрак	Фрукты свежие	70	0,28	0,28	8,86	32,90
Обед	Салат из свеклы с черносливом	50	0,79	2,59	9,83	65,75
	Суп из овощей	180	1,1	3,6	6,6	68,6
	Суфле из рыбы с маслом сливочным	80/5	12,48	6,94	3,19	125,54
	Пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,62	91,5
	Компот из свежих плодов	180	0,144	0,144	25,092	103,14
	Хлеб пшеничный	20	1,57	0,20	9,65	47,00
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Полдник	Сырники с картофелем с соусом молочным	100/15	13,8	12,3	20,92	260
	Чай с молоком	180	3,18	2,796	13,572	92,4
	Объем блюд за день	1385				
	Итого за день		44,32	39,89	174,75	1248,11

Медицинская сестра Абдурафиева Л.А.

Повар Ковалева Е.Н.