



**УТВЕРЖДАЮ**  
 Директор МБОУ Орловский УВК  
 Р.М.Шермет

**МЕНЮ**  
 Для детей в возрасте 1,3-3 лет  
 На 23.01.2026  
**ДЕНЬ 10**

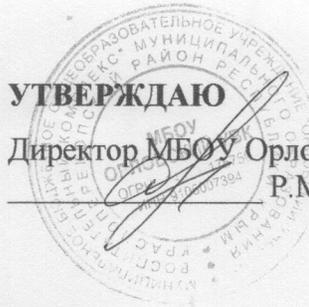
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1-3 (г)	Пищевые вещества (мг)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак:	Каша вязкая молочная	150	4,59	5,89	2,61	232
	Чай с сахаром	150/7	2,22	1,95	11,93	74,16
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
2 завтрак	Фрукты свежие	60	0,24	0,24	5,88	28,2
Обед	Салат из отварной свеклы	40	0,56	2,4	3,3	37,12
	Рассольник домашний со сметаной	180/5	1,5	3,66	9,13	82,44
	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	60	7,34	10,67	5,78	148
	Каша рассыпчатая	100	3,19	2,95	20,58	121,7
	Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Полдник	Вареники ленивые отварные с с соусом молочным сладким	80/20	8,62	5,58	14,62	144,99
	Кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6	75
	Коржик молочный	40	2,61	4,49	24,79	149,87
<b>Объем блюд за день</b>		<b>1265</b>				
<b>Итого за день</b>			<b>40,31</b>	<b>42,24</b>	<b>144,27</b>	<b>1280,18</b>

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 23.01.2019

**ДЕНЬ 10**

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	5,51	7,07	3,13	278,40
	Чай с сахаром	180/10	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	5,88	28,20
Обед	Салат из отварной свеклы	60	0,84	3,60	4,95	55,68
	Рассольник домашний со сметаной	200/5	1,67	4,07	10,14	91,60
	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	80	9,79	14,23	7,71	197,33
	Каша рассыпчатая	110	3,51	3,25	22,64	133,87
	Сок фруктовый	150	0,75	0,00	15,15	64,00
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	Полдник	Вареники ленивые отварные со сгущенным молоком	100/30	10,78	6,98	18,28
	Кисломолочный продукт	170	4,93	4,25	6,80	85,00
	Коржик молочный	40	2,61	4,49	24,79	149,87
	<b>Объем блюд за день</b>	<b>1455</b>				
	<b>Итого за день</b>		<b>47,18</b>	<b>50,77</b>	<b>155,90</b>	<b>1462,05</b>

Медицинская сестра АА / Абдурезиева Л.А

Повар Ков / Ковалева Е.Н