

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ Орловский УВК
 Р.М.Шеремет

МЕНЮ
 Для детей в возрасте 1,3-3 лет
 На 05.02.2016
ДЕНЬ 9

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 жидкая молочная с маслом сливочным	150/5	5,49	8,58	27,12	208,66
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70
	Сыр твердый	10	2,32	2,94	0	36,98
	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	Овощи соленые	40	0,28	0,04	0,76	4,8
	Борщ с фасолью и картофелем	180	2,55	3,68	10,19	91,98
	Мясо тушеное с овощами в соусе	170	16,2	13,28	11,03	228
	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	17,91	73,2
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Полдник	Омлет натуральный с маслом сливочным	80/5	5,73	11,04	1,1	127
	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
	Объем блюд за день	1225				
Итого за день			40,86	42,74	125,17	1055,77

Медицинская сестра Абдурефиева Л.А.
 Повар Ковалева Е.Н.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шермет

МЕНЮ

Для детей в возрасте 3-7 лет

На 05.02.2026

ДЕНЬ 9

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 жидкая молочная с маслом сливочным	180/5	6,59	10,30	32,54	250,39
	Кофейный напиток с молоком	180	2,81	2,40	12,76	84,00
	Сыр твердый	10	2,32	2,94	0,00	36,98
	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	Овощи соленные	40	0,56	0,08	1,52	9,6
	Борщ с фасолью и картофелем	200	2,83	4,09	11,32	102,20
	Мясо тушеное с овощами в соусе	170	16,20	13,28	11,03	228,00
	Компот из свежих плодов	180	0,144	0,144	21,492	87,84
	Хлеб пшеничный	20	1,57	0,20	9,65	47,00
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Полдник	Омлет натуральный с маслом сливочным	80/5	5,73	11,04	1,10	127,00
	Чай с лимоном	180/10/4	0,08	0,01	8,52	34,80
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
Объем блюд за день		1380				
Итого за день			43,46	45,42	143,29	1163,41

Медицинская сестра Абдурефиева Л.А.

Повар Ковалева Е.Н.