



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ Орловский УВК
 Р.М.Шеремет

МЕНЮ
 Для детей в возрасте 1,3 - 3 лет
 На 09.02.2016

ДЕНЬ 1

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 из риса и пшена	150	4,34	7,98	23,91	185,71
	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77
	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	Икра морковная	40	0,87	1,84	4,35	37,48
	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	150	1,64	3,56	8,21	71,55
	Рулет из рыбы	60	8,56	4,33	6,59	100
	Соус сметанный	15	0,21	0,75	0,88	11,11
	Пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,63	91,5
	Сок фруктовый	180	0,9	0	22,86	95,04
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Полдник	Драчена с маслом сливочным	60/5	6,42	8,77	3,96
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
	Чай с сахаром	150/7	2,22	1,95	11,93	74,16
	Объем блюд за день	1230				
	Итого за день		35,32	38,36	145,04	1063,95

Медицинская сестра Ш / Абдурефиева Л.А.

Повар Ков / Ковалева Е.Н



УТВЕРЖДАЮ

МБОУ
 Директор МБОУ Орловский УВК
 Р.М.Шеремет

МЕНЮ
 Для детей в возрасте 3-7 лет
 На 09.02.2026
ДЕНЬ 1

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	5,21	9,58	28,69	222,85
	Чай с молоком	180	2,65	2,33	11,31	77
	Бутерброд с маслом сливочным	15/5	0,89	2,75	5,32	49,5
2 завтрак	Фрукты свежие	70	0,280	0,280	8,855	32,900
Обед	Икра морковная	50	1,0875	2,3	5,4375	46,85
	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	200	2,187	4,747	10,947	95,400
	Рулет из рыбы	80	11,41	5,77	8,79	133,33
	Соус сметанный с томатом и луком	30	0,57	1,76	2,39	27,69
	Пюре картофельное	110	2,24	3,52	14,99	100,65
	Сок фруктовый	180	0,9	0	22,86	95,04
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2
Полдник	Драчена с маслом сливочным	80/5	8,560	11,693	5,280	160,000
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
	Чай с сахаром	180/10	2,664	2,34	14,316	88,992
Объем блюд за день		1425				
Итого за день			42,99	47,73	163,69	1252,91

Медицинская сестра Ш / Абдурезиева Л.А.

Повар Ковалева / Ковалева Е.Н