



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет

МЕНЮ
Для детей в возрасте 1,3-3 лет
На 10.02.2016
ДЕНЬ 2

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:	Суп молочный с крупой манной	150	3,9	3,81	12,31	99,15
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89
	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 зеленым горошком	40	0,65	1,64	2,91	29,16
	Суп крестьянский с крупой	180	1,07	3,53	4,38	54,9
	Котлеты рубленые из говядины с маслом сливочным	60/5	9,5	7,19	9,57	139,94
	Картофель отварной	100	0,025	2,87	15,34	94,9
	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	Овощи соленные помидор	20	0,22	0,02	0,7	4
	Оладьи из печени (говяжьей) с маслом сливочным	65	10,6	6,51	2,26	113,63
	Каша рассыпчатая	100	5,73	4,06	25,76	162,5
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,15	7,24	35,25
	Чай с лимоном	150/7/3,5	0,07	0,01	7,1	29
	Объем блюд за день	1305				
	Итого за день		40,80	33,53	153,53	1088,28

Медицинская сестра Ш- / Абдурефиева Л.А.

Повар Ков / Ковалева Е.Н



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ Орловский УВК
 Р.М.Шеремет

МЕНЮ
 Для детей в возрасте 3-7 лет
 На 10.02.2026
ДЕНЬ 2

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	4,68	4,572	14,772	118,98
	Какао с молоком	180	3,78	3,264	15,552	106,8
	Хлеб пшеничный	20	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 зеленым горошком	50	0,8125	2,05	3,6375	36,45
	Суп крестьянский с крупой	200	1,189	3,922	4,867	61,000
	Беф-строганов из говядины	80	9,52	11,6	4,9	164,16
	Картофель отварной	110	0,0275	3,157	16,874	104,39
	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	Овощи соленые	40	0,44	0,04	1,4	8
	Оладьи из печени (говяжьей) с маслом сливочным	80/5	14,13	8,68	3,01	151,51
	Каша рассыпчатая	100	5,73	4,06	25,76	162,5
	Хлеб пшеничный	20	1,57	0,20	9,65	47,00
	Чай с лимоном	180/10/4	0,084	0,012	8,52	34,8
	Объем блюд за день	1545				
	Итого за день		47,13	42,69	169,81	1266,08

Медицинская сестра Ш / Абдурефиева Л.А.

Повар Ков / Ковалева Е.Н