



**МЕНЮ**  
 Для детей в возрасте 1,3-3 лет  
 На 09.04.2026  
**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
<b>Завтрак:</b>	Каша вязкая молочная овсяная	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
<b>2 завтрак</b>	Фрукты свежие	60	0,24	0,24	5,88	28,2
<b>Обед</b>	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
	Суфле из рыбы с маслом сливочным	60/5	9,54	5,31	2,44	96
	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
	<b>Полдник</b>	Вареники ленивые отварные с соусом молочным сладким	80/20	8,62	5,58	14,62
	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 Абдурафиева Л.А.

Повар Ковалева Е.Н.

УТВЕРЖДАЮ



Директор МБОУ Орловский УВК  
Р.М.Шермет

**МЕНЮ**  
Для детей в возрасте 3-7 лет  
На 29.04.2026  
**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
	Суфле из рыбы с маслом сливочным	80/5	12,48	6,94	3,19	125,54
	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	181,24
	Кисломолочный продукт	170	4,93	4,25	6,80	85,00
	Коржик молочный	40	2,61	4,49	24,79	149,87
Объем блюд за день		1455				
Итого за день			49,88	43,48	151,38	1390,26

Медицинская сестра Абдурефиева Л.А.

Повар Ковалева Е.Н.