



Орловский УВК
Р.М.Шеремет

МЕНЮ
Для детей в возрасте 1,3-3 лет
На 05.06.2016

ДЕНЬ 3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда 1-3(г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак:	Пудинг из творога с яблоками	100	13,62	10,66	14,64	209
	Соус яблочный	30	0,026	0,027	5,1	20,78
	Кофейный напиток с молоком	150	2,375	2	11,97	75,83
2 завтрак	Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	63,33
Обед	Овощи соленые	40	0,28	0,04	0,76	4,8
	Суп картофельный протертый (с гренками)	150	3,18	4,25	15,54	113,1
	Гренки пшеничные	15	1,87	0,24	11,41	55,23
	Котлеты рубленые мясные с маслом сливочным	60/5	8,93	6,74	8,96	132
	Каша рассыпчатая	120	6,87	4,88	30,91	195
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	15,55	65,83
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,69	6,68	34,8
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35,5
Полдник	Пирожки печеные с повидлом	60	7,56	3,42	21,78	147,6
	Кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6,3	76
Итого за день		1215	52,831	37,057	172	1228,8

Медицинская сестра Шеремет / Абдурефиева Л.А.

Повар Голабурда / Голабурда М.В



Директор МБОУ Орловский УВК
Р.М.Шеремет

МЕНЮ
Для детей в возрасте 3-7 лет
На 03.06.2022

ДЕНЬ 3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда на 3-7 лет	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак:	Пудинг из творога с яблоками	120	16,344	12,792	17,568	250,8
	Соус яблочный	30	0,026	0,027	5,1	20,78
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91
2 завтрак	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,18	76,00
Обед	Овощи соленые	60	0,42	0,06	1,14	7,2
	Суп картофельный протертый (с гречками)	180	3,816	5,1	18,648	135,72
	Гренки пшеничные	18	2,244	0,288	13,692	66,276
	Жаркое по-домашнему с мясом говядины	80/140	25,53	6,88	23,94	265,29
	Напиток из плодов шиповника	180	0,612	0,252	18,66	78,996
	Хлеб ржаной	30	1,98	1,035	10,02	52,2
	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,67	47,33
	Полдник	Пирожки печеные с повидлом	80	10,08	4,56	29,04
	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,5	7,56	91,2
Итого за день		1478	71,61	38,10	187,57	1379,59

Медицинская сестра Ш.А. / Абдурефиева Л.А.
Повар М.В. / Голабурда М.В