

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по УВР
Чемизова Л.В.

на 6 МАЯ 2025 г.

МП

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ГОДА

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность (ккал)	Витамин
			Б	Ж	У		ы (мг) С
Завтрак							
	Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,4	
	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95		36,4	0,07
	Каша жидкая молочная из манной крупы	150	5,09	3,16	21,08	132,99	0,55
	Напиток кофейный на молоке (3,2%), 180/8	180	2,98	3,2	13,96	97,8	1,4
	Хлеб пшеничный	20	1,14	0,12	7,38	35,25	
Итого за Завтрак		360	11,56	13,56	42,46	339,84	2,02
Второй завтрак							
	Сок овощной	100	0,8	0,2	7,5	38	38
Итого за Второй завтрак		100	0,8	0,2	7,5	38	38
Обед							
	Винегрет овощной	30	0,36	1,05	1,41	17,04	23
	Суп картофельный с бобовыми (фасолью) с говядиной, 170/10	180	6,61	5,43	12,34	125,39	3,97
	Жаркое по-домашнему (свинина)	170	9,79	13,77	18,55	238,39	10,48
	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69	3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,56	0,11	4,94	23,2	
Итого за Обед		560	19,59	20,67	62,23	520,02	40,45
Полдник							
	Ватрушка с творогом	50	5,35	3,55	16,73	119,95	0,05
	Йогурт питьевой	180	5,04	4,5	23,4	154,8	2,88
Итого за Полдник		230	10,39	8,05	40,13	274,75	2,93
Ужин							
	Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,21	0,03	0,57	3,3	2,1
	Кнели из кур на пару с маслом сливочным, 60/3	63	12,03	8	4,64	144,83	0,06
	Рис припущенный с овощами	110	2,35	3,2	21,23	123,06	1,32
	Чай с сахаром, 180/8	180	0,1	0,01	8,02	32,68	0,05
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
Итого за Ужин		403	16,21	11,88	44,3	350,87	3,53
Итого за день		1 653	58,55	54,36	196,6 2	1523,48	86,93

Шеф/повар

Тажиева С.Ж.

Старшая медсестра

Алексеева Е.Е.