

# МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по УВР  
Чемизова Л. В.

на 8 МАЯ 2024 г.

МП

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
<b>Завтрак</b>							
1	Омлет натуральный	100	9,2	16,0	1,7	181,42	0,8
2	Доп. гарнир: горошек зеленый консерв.	25	0,9	0,8	1,9	20,62	3,6
3	Масло сладкосливочное	10	0,1	7,8	0,1	70,90	
4	Батон	40	2,9	1,01	15,60	79,10	
5	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,9	17,0	107,5	1,70
<b>Завтрак2</b>							
10-00	Сок овощной	100	0,5	0,1	10,1	43,00	2
<b>Обед</b>							
1	Салат из свеклы и яблок с маслом растительным	60	0,6	4,9	5,2	61,5	2,8
2	Суп картофельный с птицей	200	4,0	6,5	17,0	92,0	9,80
3	Макаронник с печенью	150	13,6	8,1	46,0	298,66	0,50
4	Компот из кураги	180	0,38	0,01	25,00	101,76	5,5
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
6	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
<b>Полдник</b>							
1	Булочка «Творожная»	70	6,8	2,4	37,7	204,17	0,11
2	Варенец с лактулозой	200	5,2	4,4	8,0	121,20	1,56
<b>Ужин</b>							
1	Бефстроганов из отварного мяса	110	13,1	6,2	3,2	123,60	1,10
2	Каша гречневая рассыпчатая	115	4,8	6,1	23,3	231,98	
3	Дополнительный гарнир: помидор в с/с	25	0,4	1,5	1,1	20,20	0,16
4	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
6	Чай с сахаром	180	1,5	1,6	12,1	64,2	4,6
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 3, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.03 по 01.09), возрастная категория 3-7 лет</b>			<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витамины (мг)</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		<b>С</b>
			<b>68,4</b>	<b>80,1</b>	<b>281,8</b>	<b>2274,0</b>	<b>60,0</b>

Шеф/повар

Яценко А.Ю.

Старшая медсестра

Алексеева Е.Е.