

# МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по ВМР  
Чемизова Л.В.

на 14 октября 2024 г.

МП

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
1	Омлет натуральный с сыром	70	11,6	21,4	2,2	250,8	0,9
2	Икра кабачковая	20	0,3	1,1	1,3	15,73	1,6
3	Батон	30	1,5	0,54	9,7	48,64	0
4	Чай с молоком и сахаром	150	2,8	2,9	18,8	91,0	1,0
<b>Завтрак2</b>							
1	Сок фруктовый	100	0,4	0,0	13,3	56,00	3
<b>Обед</b>							
1	Салат из капусты с морковью растительным маслом	40	0,3	3,5	1,8	35,60	8,7
2	Суп картофельный с фасолью, с мясом (150/10)	160	5,1	4,6	10,2	92,80	4,55
3	Шницель рыбный (лосось)	60	4,2	5,4	22,3	180,66	0
4	Кабачки и цветная капуста, запечённые под соусом	100	8,4	1,2	1,8	52,2	0
5	Компот из яблок	150	0,8	0,1	14,4	62,70	9,0
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	0
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	0
<b>Полдник</b>							
1	Пирожок, печеный с рисом и яйцом	60	4,0	2,9	30,4	158,60	0,04
2	Молоко «Умница»	150	5,06	5,64	8,3	105,0	14,1
<b>Ужин</b>							
1	Салат из свежих огурцов с зеленью и подсолнечным маслом	40	0,2	2,9	1,0	30,60	4,3
2	Биточки, рубленые из птицы	60	6,3	7,1	5,8	108,60	0,9
3	Соус сметанный	15	4,0	4,2	6,8	82,0	3,8
4	Пюре картофельное	100	2,2	5,1	12,8	116,00	6,0
5	Чай с сахаром	180	1,1	1,2	9,3	53,2	0,5
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	0
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	0
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 1,5-3 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>57,6</b>	<b>67,3</b>	<b>194,1</b>	<b>1617</b>	<b>62,7</b>

Шеф/повар

Яценко А.Ю.

Старшая медсестра

Алексеева Е.Е.