

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по УВР
Чемизова Л.В.

на 15 октября 2024 г.

МП

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
1	Запеканка из творога	75	11,4	9,4	14,8	207,60	1,1
2	Соус молочный сладкий	20	0,3	0,7	2,8	20,60	0,1
3	Батон	30	1,5	0,54	9,7	48,64	0
4	Кофейный напиток с молоком	150	2,2	2,4	14	87,50	1,4
5	Банан	80	1,3	0,4	20	94,00	8,00
Завтрак2							
10-00	Нектар фруктовый	100	0,1		10,3	42,00	0,8
Обед							
1	Салат из свеклы и яблок с маслом растительным	40	0,4	3,3	4,3	41,0	2,3
2	Суп с макаронными изделиями, с птицей	165	5,4	7,2	13,9	106,6	5,20
3	Жаркое по-домашнему (сердце)	170	11,2	8,8	14,4	284,6	3,6
4	Компот из груш	150	0,1	0,1	12,1	50,0	1,2
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта.	20	1,5	0,54	9,7	48,64	0
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	0
Полдник							
1	Печенье	45	3,1	6,2	35,2	195,10	1,3
2	Ряженка	160	5,0	4,1	7,3	106,0	1,4
Ужин							
1	Рагу из овощей с мясом отварным	160	8,1	17,8	9,1	228,00	4,00
2	Дополнительный гарнир: огурец консервированный	20	0,2	0,02	0,8	3,50	2,0
3	Компот из сухофруктов	150	1,1	1,2	9,3	53,20	0,5
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	0
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	0
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 2, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 1,5-3 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
			53,9	63,0	197,0	1662,6	32,9

Шеф/повар

Яценко А.Ю.

Старшая медсестра

Алексеева Е.Е.