

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по УВР
Чемизова Л.В.

на 16 АПРЕЛЯ 2025 г.

МП

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ГОДА

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
	Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,4	
	Сыр полутвердый	10	2,32	2,95		36,4	0,07
	Хлопья кукурузные с молоком	150	5,11	4,18	22,55	150	1,69
	Какао на молоке (3,2%), 180/8	180	3,39	3,5	12,89	97,7	1,3
	Хлеб пшеничный	20	1,14	0,12	7,38	35,25	
Итого за Завтрак		360	11,99	14,88	42,86	356,75	3,06
Второй завтрак							
	Мандарин	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого за Второй завтрак		100	1,5	0,5	21	96	10
Обед							
	Салат из папоротника с яйцом	30	1,56	3,05	1,19	38,26	0,29
	Суп-пюре из разных овощей	180	2,58	4,06	11,39	93,02	9,07
	Гуляш из отварной говядины	60	9,78	6,86	1,33	107,4	0,46
	Каша гречневая рассыпчатая	110	4,28	3,95	18,74	126,89	
	Сок фруктово-овощной	150	1,35	0,15	17,4	78	3,9
	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	21,63	18,34	64,83	513,77	13,72
Полдник							
	Сочни с творогом	50	5,92	4,54	20,77	147,24	0,04
	Снежок	180	4,86	4,5	19,44	142,2	1,62
Итого за Полдник		230	10,78	9,04	40,21	289,44	1,66
Ужин							
	Подгарнировка из перца сладкого	30	0,39	0,03	1,59	8,1	75
	Суфле из рыбы (лосось) с маслом сливочным, 70/3	73	11,53	7,54	2,10	121,31	0,28
	Картофельное пюре	120	2,56	3,75	17,33	113,33	9,04
	Чай с молоком (3,2%), 180/8	180	1,55	1,61	10,37	62,68	0,7
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
Итого за Ужин		423	17,55	13,09	41,23	352,42	85,02
Итого за день		1 673	63,45	55,85	210,13	1608,38	113,46

Шеф/повар

Тажиева С.Ж.

Старшая медсестра

Алексеева Е.Е.