

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по ВМР
Лазунина И.А.

на 17 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	Лапшевник с творогом запеченный	110	10,4	12,4	23,88	237,32	0,14
2	Батон	40	2,9	1,01	15,60	79,10	0
3	Яйцо отварное	40	6,45	5,8	0,4	80,0	0
4	Чай с молоком с сахаром	180	1,5	1,6	12,1	64,20	4,60
Завтрак 2							
10-00	Нектар из смеси фруктов и овощей	100	0,1	0	10,3	42,00	0,8
Обед							
1	Салат из помидоров с перцем сладким	60	0,45	5,7	2,1	83,1	11,30
2	Свекольник	200	4,2	3,7	14,1	102,50	5,50
3	Печень в соусе	100	5,0	5,3	8,5	102,5	4,8
4	Макаронные изделия отварные	120	4,2	5,4	22,3	180,66	0
5	Кисель из вишни	200	2,9	1,01	15,60	79,10	0
6	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	0
7	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,47	0,45	13,11	59,63	0
Полдник							
1	Булочка "Домашняя"	70	5,2	9,1	42,1	277,00	0,00
2	Йогурт фруктовый	180	5,89	5,1	23,1	154,0	1,47
Ужин							
1	Запеканка картофельная с мясом отварным	160	10,4	16,6	24,3	298,50	6,40
2	Дополнительный гарнир: огурец консервированный	25	0,25	0,03	0,62	3,50	2,50
3	Компот из изюма	180	1,2	1,5	12,0	64,0	1,30
4	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	0
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	0
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 4, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 3-7 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
			60,09	65,55	255,9	1835,6	62,2

Шеф/повар

Яценко А.Ю.

Старшая медсестра

Алексеева Е.Е.