

# 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
<b>Завтрак</b>							
1	Лапшевник с творогом запеченный	90	8,8	10,5	20,2	200,81	0,12
2	Батон	30	1,5	0,54	9,7	48,64	0
3	Яйцо отварное	40	6,45	5,8	0,4	80,0	0
4	Чай с молоком с сахаром	150	1,0	1,2	9,2	52,40	3,8
<b>Завтрак2</b>							
10-00	Нектар из смеси фруктов и овощей	100	0,1	0	10,3	42,00	0,8
<b>Обед</b>							
1	Салат из помидоров с перцем сладким	40	0,3	3,8	1,4	55,40	7,5
2	Свекольник	165	2,8	3,1	10,9	80,22	4,5
3	Печень в соусе	80	4,0	4,2	6,8	82,0	3,8
4	Макаронные изделия отварные	100	3,5	4,5	18,6	150,0	0,16
5	Кисель из вишни	150	1,5	0,54	9,7	48,64	0
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	0
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	0
<b>Полдник</b>							
1	Булочка "Домашняя"	50	3,7	6,5	30,1	196,10	2,3
2	Йогурт фруктовый	150	4,7	4,09	16,44	123,2	1,17
<b>Ужин</b>							
1	Запеканка картофельная с мясом отварным	130	9,6	14,7	19,8	263,0	5,2
2	Дополнительный гарнир: огурец консервированный	20	0,3	0,04	0,5	3,85	2,0
3	Компот из изюма	150	1,0	1,2	9,2	52,40	1,1
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
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 4, 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>С</b>
			<b>47,5</b>	<b>51,47</b>	<b>188,04</b>		<b>53,07</b>

Шеф/повар

Яценко А.Ю.

Старшая медсестра

Алексеева Е.Е.