

**МЕНЮ****«УТВЕРЖДАЮ»**Зам. директора по УВР  
Чемизова Л.В.

на 02 апреля 2025 г.

МП

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ГОДА

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
	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
	Напиток кофейный на молоке (3,2%), 180/8	180	2,98	3,2	13,96	97,8	1,4
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	
<b>Итого за Завтрак</b>		360	11,58	14,58	43,93	356,85	3,16
<b>Второй завтрак</b>							
	Яблоко	100	1,5	0,5	21	96	10
<b>Итого за Второй завтрак</b>		100	1,5	0,5	21	96	10
<b>Обед</b>							
	Салат из свеклы отварной с сыром	30	1,53	2,5	2,08	37,03	1,08
	Суп-пюре из разных овощей	180	2,58	4,06	11,39	93,02	9,07
	Плов с отварной говядиной	170	13,89	12,47	19,41	245,04	0,52
	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	10	0,56	0,11	4,94	23,2	
<b>Итого за Обед</b>		560	21,43	19,45	65,06	523,29	14,57
<b>Полдник</b>							
	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
<b>Итого за Полдник</b>		230	10,78	9,04	40,21	289,44	1,66
<b>Ужин</b>							
	Биточки из кальмаров и рыбы с маслом сливочным, 70/3	73	10,63	6,14	6,61	123,11	0,35
	Пюре из цветной капусты с картофелем	120	2,98	4,32	9,54	89,58	25,66
	Чай с молоком (3,2%), 180/8	180	1,55	1,61	10,37	62,68	0,7
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	
<b>Итого за Ужин</b>		413	18,2	12,39	46,2	369,37	26,71
<b>Итого за день</b>		1 663	63,49	55,96	216,4	1634,95	56,1

*Шеф/повар**Тажиева С.Ж.**Кладовщик**Илларионова В.П.*