

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по УВР
Чемизова Л.В.

на 03 апреля 2025 г.

МП

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 3-7 ЛЕТ

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
	Масло сливочное	7	0,04	5,78	0,06	52,36	
	Сырники из творога с соусом кисельным из сухофруктов, 150/50	200	25,24	10,94	27,49	311,69	0,37
	Чай с сахаром, 180/10	180	0,1	0,01	10,01	40,66	0,05
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
Итого за Завтрак		407	26,9	16,89	47,4	451,71	0,42
Второй завтрак							
	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	43	60
Итого за Второй завтрак		100	0,9	0,2	8,1	43	60
Обед							
	Салат из цветной капусты, брокколи, помидоров и зелени	60	1,21	2,15	2,42	34,42	23,48
	Суп картофельный с клецками с курицей, 180/15	195	5,65	6,21	10,21	119,46	3,89
	Биточки мясные с соусом томатным, 80/20	100	11,56	10,52	11,17	186,72	3,34
	Картофельное пюре	150	3,01	4,65	20,17	134,73	10,5
	Кисель из кураги, 180/10	180	0,79	0,05	23,1	96,61	0,6
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,4	
Итого за Обед		725	24,86	23,96	86,79	665,34	41,81
Полдник							
	Коржик молочный	50	4,06	3,02	25,35	143,54	0,03
	Ацидофилин	200	5,8	5	8,2	106	1,6
Итого за Полдник		250	9,86	8,02	33,55	249,54	1,63
Ужин							
	Поджаренная из свежих помидоров	30	0,33	0,06	1,14	7,2	7,5
	Наггетсы куриные с соусом сметанно-томатным, 80/20	100	19,17	10,66	6,42	203,27	0,51
	Макаронные изделия отварные	130	4,47	4,12	27,62	164,69	
	Чай ягодный, 180/10	180	0,15	0,02	10,65	43,78	0,95
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
Итого за Ужин		460	25,64	15,02	55,67	465,94	8,96
Итого за день		1 942	88,16	64,09	231,51	1875,53	112,82

Шеф/повар

Тожиева С.Ж.

Кладовщик

Илларионова В.П.