

МЕНЮ**«УТВЕРЖДАЮ»**

Зам. директора по УВР

Чемизова Л.В.

на 20 февраля 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		
Завтрак							
	Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,4	
	Вареники ленивые с соусом кисельным из сухофруктов, 110/50	160	17,47	8,07	28,18	256,36	0,28
	Чай с сахаром и лимоном, 180/8	180	0,15	0,02	8,2	34,72	2,45
	Хлеб пшеничный	20	1,14	0,12	7,38	35,25	
Итого за Завтрак		365	18,79	12,34	43,8	363,73	2,73
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 белокочанной капусты с яблоками	30	0,48	1,07	2,02	19,87	9,55
	Суп картофельный с мясными фрикадельками, 140/35	175	8,44	6,89	9,41	133,28	5,08
	Биточки мясные	60	10,42	7,81	7,13	141,12	0,27
	Картофель и овощи, тушеные в соусе	120	2,62	3,31	18,01	112,62	9,3
	Компот из жимолости	180	0,79	0,05	23,1	96,61	0,6
	Хлеб пшеничный	20	0,76	0,08	4,92	23,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,56	0,11	4,94	23,2	
Итого за Обед		575	23,91	19,31	64,23	528,14	24,68
Полдник							
	Коржик молочный	50	4,06	3,02	25,35	143,54	0,03
	Варенец	180	5,22	4,5	7,38	95,4	1,44
Итого за Полдник		230	9,28	7,52	32,73	238,94	1,47
Ужин							
	Подгарнировка из консерв. огурцов	20	0,21	0,03	0,57	3,3	2,1
	Зразы куриные с омлетом и овощами с соусом томатным, 60/10	70	12,17	9,09	5,68	155,93	1,08
	Рис припущенный с овощами	110	2,35	3,2	21,23	123,06	1,32
	Чай с сахаром, 180/8	180	0,1	0,01	8,02	32,68	0,05
	Хлеб пшеничный	20	0,76	0,08	4,92	23,5	
Итого за Ужин		410	15,59	12,41	40,42	338,47	4,55
Итого за день		1 680	68,47	51,78	189,28	1512,28	93,43

*Шеф/повар**Тажиева С.Ж.**Старшая медсестра**Алексеева Е.Е.*