

**МЕНЮ****«УТВЕРЖДАЮ»**

Зам. директора по УВР

Чемизова Л.В.

на 21 февраля 2025 г.

МП

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ГОДА

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
<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
	Каша жидкая молочная из манной крупы	150	5,09	3,16	21,08	132,99	0,55
	Напиток кофейный на молоке (3,2%), 180/8	180	2,98	3,2	13,96	97,8	1,4
	Хлеб пшеничный	20	1,14	0,12	7,38	35,25	
<b>Итого за Завтрак</b>		365	11,56	13,56	42,46	339,84	2,02
<b>Второй завтрак</b>							
	Яблоко	100	0,4	0,3	10,3	47	5
<b>Итого за Второй завтрак</b>		100	0,4	0,3	10,3	47	5
<b>Обед</b>							
	Салат из свеклы с соленым огурцом	30	0,42	2,03	1,95	27,91	3,01
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с говядиной, 160/10/10	180	4,53	5,66	6,97	97,52	9,36
	Котлета из мяса и печени с маслом сливочным, 60/3	63	9,14	7,60	7,73	135,87	2,98
	Макаронные изделия отварные	110	3,64	3,3	22,48	133,58	
	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69	3
	Хлеб пшеничный	20	0,76	0,08	4,92	23,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,56	0,11	4,94	23,2	
<b>Итого за Обед</b>		573	19,8	18,93	64,14	510,58	18,35
<b>Полдник</b>							
	Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,1	
	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	97,2	0,54
<b>Итого за Полдник</b>		210	7,47	7,44	29,88	222,3	0,54
<b>Ужин</b>							
	Салат из свежих огурцов	30	0,21	1,03	0,57	12,29	2,1
	Биточки рыбные (минтай) с маслом сливочным, 70/3	73	9,91	5,30	9,07	123,10	0,31
	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	20	1,52	0,16	9,84	47	
<b>Итого за Ужин</b>		423	16,17	12,42	39,39	334,65	28,77
<b>Итого за день</b>		1 671	55,4	52,65	186,17	1454,37	54,68

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