

МЕНЮ**«УТВЕРЖДАЮ»**

Зам. директора по УВР

Чемизова Л.В.

на 23 января 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
Завтрак							
	Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,4	
	Пудинг из творога (запеченный) с соусом кисельным из сухофруктов, 110/50	160	19,80	9,64	23,98	264,08	0,48
	Чай с шиповником, 180/8	180	0,2	0,05	9,47	41,2	30,05
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	
Итого за Завтрак		360	21,17	13,94	40,87	377,93	30,53
Второй завтрак							
	Яблоко	100	0,9	0,2	8,1	43	60
Итого за Второй завтрак		100	0,9	0,2	8,1	43	60
Обед							
	Винегрет овощной	30	0,43	1,82	2,53	29,01	1,31
	Суп из овощей с папоротником с говядиной и сметаной, 160/10/10	180	4,44	7,43	6,77	112,64	3,32
	Котлета из мяса и печени	60	9,78	6,86	1,33	107,4	0,46
	Рис припущенный с овощами	110	2,35	3,2	21,23	123,06	1,32
	Напиток витаминный, 180/8	180	0,4	0,13	16,35	71,47	70,16
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,56	0,11	4,94	23,2	
Итого за Обед		590	19,48	19,71	62,99	513,78	76,57
Полдник							
	Коврижка "Медовая"	50	2,85	2,49	29,52	140,46	0,1
	Напиток «Снежок»	180	5,22	4,5	7,38	95,4	1,44
Итого за Полдник		230	8,07	6,99	36,9	235,86	1,54
Ужин							
	Подгарнировка из перца сладкого	30	0,39	0,03	1,59	8,1	75
	Жаркое по-домашнему (свинина)	170	11,86	8,29	7,17	149,68	0,47
	Чай с молоком (3,2%), 180/8	180	1,55	1,61	10,37	62,68	0,7
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	
Итого за Ужин		413	17,12	13,76	41,38	357,29	85,21
Итого за день		1 693	66,74	54,6	190,24	1527,86	253,85

*Шеф/повар**Яценко А.Ю.**Старшая медсестра**Алексеева Е.Е.*