

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по УВР
Чемизова Л.В.

на 29 АПРЕЛЯ 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	
	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
	Чай с сахаром и лимоном, 180/8	180	0,15	0,02	8,2	34,72	2,45
	Хлеб пшеничный	20	3,8	0,4	24,6	117,5	
Итого за Завтрак		380	17,89	12,66	38,29	340,66	7,65
Второй завтрак							
	Банан	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого за Второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед							
	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,29	1,05	1,07	15,2	4,67
	Рассольник ленинградский (крупя перловая) с курицей, 160/15	175	5,08	4,38	11,78	106,78	5,22
	Запеканка картофельная с мясом отварным (свинина)	170	10,56	14,45	20,75	256,72	10,52
	Компот из смеси сухофруктов, 180/8	180	0,53	0,04	14,83	62,57	0,54
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,56	0,11	4,94	23,2	
Итого за Обед		585	18,54	20,19	63,21	511,47	20,95
Полдник							
	Печенье	30	2,25	2,94	22,32	125,1	
	Молоко «Умница»	180	5,22	5,76	8,46	108	2,34
Итого за Полдник		210	7,47	8,7	30,78	233,1	2,34
Ужин							
	Поджарнировка из свежих огурцов	30	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
	Каша гречневая рассыпчатая	110	4,28	3,95	18,74	126,89	
	Чай с шиповником, 180/8	180	0,2	0,05	9,47	41,2	30,05
	Хлеб пшеничный	20	0,76	0,08	4,92	23,5	
Итого за Ужин		400	17,62	13,2	39,38	350,82	33,23
Итого за день		1 675	61,92	55,15	181,46	1483,05	74,17

Шеф/повар

Тажиева С.Ж.

Старшая медсестра

Алексеева Е.Е.