

# МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по УВР  
Чемизова Л.В.

на 29 МАЯ 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
<b>Завтрак</b>							
	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	30	1,52	0,16	9,84	47	
<b>Итого за Завтрак</b>		407	26,9	16,89	47,4	451,71	0,42
<b>Второй завтрак</b>							
	Банан	100	0,9	0,2	8,1	43	60
<b>Итого за Второй завтрак</b>		100	0,9	0,2	8,1	43	60
<b>Обед</b>							
	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	30	1,52	0,16	9,84	47	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,12	0,22	9,88	46,4	
<b>Итого за Обед</b>		725	24,86	23,96	86,79	665,34	41,81
<b>Полдник</b>							
	Коржик молочный	50	4,06	3,02	25,35	143,54	0,03
	Варенец	200	5,8	5	8,2	106	1,6
<b>Итого за Полдник</b>		250	9,86	8,02	33,55	249,54	1,63
<b>Ужин</b>							
	Поджаренная из свежих помидоров	30	0,33	0,06	1,14	7,2	7,5
	Жаркое по-домашнему (свинина)	200	19,17	10,66	6,42	203,27	0,51
	Чай ягодный, 180/10	180	0,15	0,02	10,65	43,78	0,95
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	47	
<b>Итого за Ужин</b>		460	25,64	15,02	55,67	465,94	8,96
<b>Итого за день</b>		1 942	88,16	64,09	231,51	1875,53	112,82

*Шеф/повар*

*Яценко А.Ю.*

*Старшая медсестра*

*Алексеева Е.Е.*