МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по УВР
Чемизова Л.В.

на 30 АПРЕЛЯ 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
Завтрак							
	Масло сливочное	7	0,04	5,78	0,06	52,36	
	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	0,11
	Хлопья кукурузные с молоком	200	7,32	5,16	40,4	240	2,08
	Напиток кофейный на молоке (3,2%), 180/10	180	2,98	3,2	15,96	105,78	1,4
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	47	
Итого за Завтрак		422	15,34	18,73	66,26	499,74	3,59
Второй завтрак							
	Апельсин	100	1,5	0,5	21	96	10
Итого за Второй завтрак		100	1,5	0,5	21	96	10
Обед							
	Салат из свеклы отварной с сыром	60	3,05	4,99	4,16	74,06	2,15
	Суп-пюре из разных овощей	200	2,85	4,17	12,62	100,03	10,18
	Плов с отварной говядиной	200	17,91	14,71	20,95	287,16	0,6
	Напиток витаминный	180	1,62	0,18	20,88	93,6	4,68
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	47	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,12	0,22	9,88	46,4	
Итого за Обед		680	28,07	24,43	78,33	648,25	17,61
Полдник							
	Печенье	50	5,92	4,54	20,77	147,24	0,04
	Снежок	200	5,4	5	21,6	158	1,8
Итого за Полдник		250	11,32	9,54	42,37	305,24	1,84
Ужин							
	Котлета из мяса и печени с маслом сливочным	85	11,55	10,29	7,35	167,54	0,38
	Пюре из цветной капусты с картофелем	150	3,73	5,22	11,92	110,29	32,08
	Чай с молоком (3,2%), 180/10	180	1,55	1,61	12,36	70,66	0,7
	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,68	94	
Итого за Ужин		455	19,87	17,44	51,31	442,49	33,16
Итого за день		1 907	76,1	70,64	259,27	1991,72	66,2

Шеф/повар

Тажиева С.Ж.

Старшая медсестра

Алексеева Е.Е.