

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по УВР
Чемизова Л.В.

на 17 июля 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	
	Запеканка из творога с соусом кисельным из сухофруктов, 110/50	160	17,47	8,07	28,18	256,36	0,28
	Чай с сахаром и лимоном, 180/8	180	0,15	0,02	8,2	34,72	2,45
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25	
Итого за Завтрак		360	18,79	12,34	43,8	363,73	2,73
Второй завтрак							
	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	43	60
Итого за Второй завтрак		100	0,9	0,2	8,1	43	60
Обед							
	Салат из картофеля с зеленым горошком	30	0,48	1,07	2,02	19,87	9,55
	Суп картофельный с мясными фрикадельками, 140/35	175	8,44	6,89	9,41	133,28	5,08
	Биточки мясные	60	10,42	7,81	7,13	141,12	0,27
	Картофель и овощи, тушеные в соусе	120	2,62	3,31	18,01	112,62	9,3
	Кисель из кураги, 150/7	150	0,63	0,04	17,8	74,55	0,48
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	10	0,56	0,11	4,94	23,2	
Итого за Обед		555	23,91	19,31	64,23	528,14	24,68
Полдник							
	Коржик молочный	50	4,06	3,02	25,35	143,54	0,03
	Варенец	180	5,22	4,5	7,38	95,4	1,44
Итого за Полдник		230	9,28	7,52	32,73	238,94	1,47
Ужин							
	Подгарнировка 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
	Рис припущенный с овощами	110	2,35	3,2	21,23	123,06	1,32
	Чай с сахаром, 180/8	180	0,1	0,01	8,02	32,68	0,05
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5	
Итого за Ужин		400	15,59	12,41	40,42	338,47	4,55
Итого за день		1 645	68,47	51,78	189,28	1512,28	93,43

Шеф/повар

Яценко А.Ю.

Кладовщик

Илларионова В.П.