

**МЕНЮ****«УТВЕРЖДАЮ»**Зам. директора по УВР  
Чемизова Л. В.

на 3 мая 2024 г.

МП

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
<b>Завтрак</b>							
1	Каша молочная из овсяных хлопьев	150	5,6	9,2	23,4	216,30	1,3
2	Масло	7	0,05	3,9	0,05	35,4	0
3	Батон	30	1,5	0,54	9,7	48,64	0
4	Кофейный напиток с молоком	150	2,8	2,9	18,8	91,00	1
5	Киви	50	0,33	0,005	4,10	23,60	30,00
<b>Завтрак2</b>							
10-00	Сок фруктовый	100	0,1	0	10,3	42,00	0,8
<b>Обед</b>							
1	Салат из свеклы с огурцом	40	0,56	2,03	5,6	35,20	14,0
2	Щи из свежей капусты с мясом	165	2,9	0,5	14,8	84,60	7,70
3	Тефтели рыбные с соусом	65	4,8	5,1	6,80	92,5	0,6
4	Рис отварной	100	2,3	4,9	15,5	146,10	
5	Компот из сухофруктов	150	0,5	0,1	19,9	84,20	5,5
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,36	9,9	45,60	0
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	0
<b>Полдник</b>							
1	Пирожок с картофелем и луком	60	3,4	2,6	27,5	155,00	2,2
2	Йогурт фруктовый	150	5,6	4,7	15,80	103,5	1,32
<b>Ужин</b>							
1	Доп. гарнир: огурец консервированный	20	0,2	0,02	0,8	3,50	2,0
2	Рагу из овощей с мясом отварным	160	8,1	17,8	9,1	228,00	4,00
3	Чай с молоком с сахаром	150	0,11	0	8,2	34,6	2,2
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	0
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	0
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 5, НЕДЕЛЯ 2 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 1,5-3 лет</b>			<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витамины (мг)</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		<b>С</b>
			<b>49,71</b>	<b>57,57</b>	<b>225,6</b>		<b>1669,7</b>

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