

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по УВР
Чемизова Л. В.

на 7 мая 2024 г.

МП

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
1	Сырники с морковью с соусом	50/15	8,4	6,2	12,8	147,52	0,48
2	Батон	30	1,5	0,54	9,7	48,64	
3	Чай с молоком с сахаром	150	1,1	1,2	9,3	53,20	0,5
4	Апельсин	110	0,92	0,18	8,89	47,30	7,0
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый	100	0,4	0,1	10,1	43,00	2
Обед							
1	Салат из свежих огурцов и зел. горошка	40	0,3	3,5	1,8	35,6	8,7
2	Рассольник ленинградский с птицей	165	4,9	6,5	6,1	122,20	5,10
3	Котлета рыбная	60	4,8	3,2	8,9	101,21	0,1
4	Пюре картофельное	100	1,2	4,05	10,1	76,6	6,0
5	Кисель из ягод (черная смородина)	150	0,3	0,0	23,8	103,50	9
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
Полдник							
1	Булочка "Веснушка"	50	3,9	3,0	27,3	157,00	0,3
2	Ряженка	150	4,3	3,7	6,7	98,00	1,3
Ужин							
1	Икра из баклажанов	20	0,3	1	1,3	15,70	1,6
2	Зраза куриная с омлетом и овощами	60	7,2	6,8	11,2	152,4	0,78
3	Овощи отварные с маслом сливочным	100	2,8	4,2	7,5	116,20	7,0
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
6	Чай с лимоном	150	0,11		8,2	34,60	2,2
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 2, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.03 по 01.09), возрастная категория 1,5-3 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
			53,9	63,0	197,0	1662,6	32,9

Шеф/повар

Яценко А.Ю.

Старшая медсестра

Алексеева Е.Е.