

# МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по УВР  
Чемизова Л. В.

на 13 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	Омлет натуральный	70	6,5	11,2	1,2	127,0	0,6
2	Дополнительный гарнир: икра кабачковая	25	0,7	0,6	1,5	16,5	2,9
3	Батон	30	1,5	0,54	9,7	48,64	
4	Какао с молоком	150	2,8	2,9	18,8	91,00	1
<b>Завтрак 2</b>							
10-00	Сок овощной	100	0,5	0,1	10,1	43,00	2
<b>Обед</b>							
1	Борщ вегетарианский	170	2,6	5,2	9,3	156,63	9,5
2	Плов с мясом	150	11,1	14,9	20,1	272,3	0,38
3	Кисель из вишни	150	1,5	0,54	9,7	48,64	
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	
<b>Полдник</b>							
1	Булочка ванильная	50	3,9	4,3	29,1	171,45	2,1
2	Кефир с лактулозой	150	4,3	3,7	6,0	95,00	1,3
<b>Ужин</b>							
1	Салат из яблок с черносливом	40	0,4	0,2	11,6	49,80	2,9
2	Запеканка из творога	75	11,8	11,6	8,9	201,00	1,5
3	Соус абрикосовый	20	0,1	0	13,1	60,50	0,1
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 сахаром	150	1,0	1,2	9,2	52,40	1,1
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ 4, СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.03 по 01.09), 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>50,96</b>	<b>56,01</b>	<b>185,88</b>	<b>1617,8</b>	<b>38,5</b>

Шеф/повар

Яценко А.Ю.

Старшая медсестра

Алексеева Е.Е.