

# МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Зам. директора по УВР  
Чемизова Л. В.

на 15 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	Вареники ленивые	90	11,4	9,4	14,8	207,60	1,1
2	Соус молочный сладкий	20	0,3	0,7	2,8	20,60	0,1
3	Батон	30	1,5	0,54	9,7	48,64	
4	Чай с молоком	150	1,1	1,2	9,3	53,20	0,5
5	Киви	50	0,33	0,005	4,10	23,60	30,00
<b>Завтрак2</b>							
10-00	Сок фруктовый	100	0,4	0,1	10,1	43,00	2
<b>Обед</b>							
1	Суп гороховый с птицей	165	3,6	6,3	12,1	153,10	4,4
2	Гуляш из говядины	90	13,6	12,9	35,6	308,2	3,2
3	Макаронные изделия отварные	100	3,5	4,5	18,6	150,00	
4	Компот из груши	150	0,1	0,1	12,1	50,00	1,2
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
<b>Полдник</b>							
1	Печенье	45	2,1	4,2	46,2	165,80	1,3
2	Кефир	160	4,6	4,8	7,3	93,50	1,60
<b>Ужин</b>							
1	Салат из помидоров с зел. луком с растительным маслом	40	0,3	3,5	1,8	35,60	8,7
2	Запеканка картофельная с мясом	130	9,6	14,7	19,8	263,00	5,2
3	Чай с сахаром	150	1,0	1,2	9,2	52,40	1,1
4	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 3, 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>57,86</b>	<b>60,1</b>	<b>222,4</b>	<b>1835,9</b>	<b>44,8</b>

Шеф/повар

Яценко А.Ю.

Старшая медсестра

Алексеева Е.Е.