Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

3.04.2025г

Возрастная категория: 1.5-3лет

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименованиеблюда  | Вес блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность | № рецептуры |
| белки | жиры |  углеводы  |
| Неделя 2День 4 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 5 | 0.1 | 5.1 | 0.1 | 46.3 | Пром |
| Каша молочная гречневая | 150 | 6 | 4.7 | 26.4 | 171.4 | 54-20к |
| Кофейный напиток | 180 | 2.7 | 2.1 | 9.3 | 66.8 | 54-23гн |
| Хлеб пш | 20 | 1.5 | 0.2 | 9.8 | 46.9 | Пром |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак | **355** | **10.3** | **12.1** | **45.6** | **331.4** |  |
| Второй завтрак  | Сок  | 150 | 0.5 | 0.1 | 10.1 | 43.3 | Пром |
|  | Итого за второй завтрак | **150** | **0.5** | **0.1** | **10.1** | **43.3** |  |
| Обед | Салат из свеклы отварной | **40** | **0.9** | **3.1** | **5.3** | **53.3** | 54-13з |
| Суп с фрикадельками мясными | **150** | **6.5** | **4.5** | **10.4** | **108.6** | 54-5с |
| Капуста тушеная с мясом | **180** | **19.8** | **19.8** | **12** | **305.5** | 54-10м |
| Компот из сухофруктов | **150** | **0.4** | **0** | **17.8** | **72.9** | 54-1хн |
| Хлеб пш | **55** | **4.2** | **0.4** | **27.1** | **128.9** | Пром |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за обед | **575** | **31.8** | **27.8** | **72.6** | **669.2** |  |
| Полдник | Запеканка из творога | **50** | **5.2** | **3.1** | **8.7** | **83.2** | 54-2т |
| Ряженка | **150** | **4.4** | **3.8** | **6.3** | **76.4** | Пром |
|  | Итого за полдник | **200** | **9.6** | **6.9** | **15** | **159.6** |  |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

3.04.2025г

Возрастная категория: 3-7лет

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименованиеблюда  | Вес блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность | № рецептуры |
| белки | жиры |  углеводы  |
| Неделя 2День 4 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 7 | 0.1 | 5.1 | 0.1 | 46.3 | 53-19з |
| Каша молочная гречневая | 200 | 7.1 | 5.8 | 26.7 | 187.3 | 54-20к |
| Кофейный напиток | 180 | 3.5 | 2.6 | 10.1 | 77.4 | 54-23гн |
| Хлеб пш | 25 | 1.9 | 0.2 | 12.3 | 58.6 | Пром |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак | **412** | **12.6** | **13.7** | **49.2** | **369.6** |  |
| Второй завтрак  | Сок  | 180 | 0.9 | 0 | 22.9 | 95 | Пром |
|  | Итого за второй завтрак | **180** | **0.9** | **0** | **22.9** | **95** |  |
| Обед | Салат из свеклы отварной | **60** | **0.8** | **2.7** | **4.6** | **45.7** | 54-13з |
| Суп с фрикадельками мясными | **180** | **7.8** | **5.5** | **12.5** | **130.4** | 54-5с |
| Капуста тушеная с мясом | **200** | **22** | **22** | **13.3** | **339.4** | 54-10м |
| Компот из сухофруктов | **180** | **0.4** | **0** | **17.8** | **72.9** | 54-1хн |
| Хлеб пш | **73** | **5.5** | **0.6** | **35.9** | **171.1** | Пром |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за обед | **693** | **36.5** | **30.8** | **84.1** | **759.5** |  |
| Полдник | Запеканка из творога | **70** | **13.8** | **5** | **10.1** | **140.6** | 54-1г |
| Ряженка | **200** | **5.8** | **5** | **8.4** | **101.8** | Пром |
|  | Итого за полдник | **270** | **19.6** | **10** | **18.5** | **242.4** |  |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |