Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10.01. 2025г

Возрастная категория: 1-3лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 1  День | Пятница 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Сыр твердых сортов в нарезке | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,9 | 53-1з | 4,00 |
| Масло сливочное | 5 | 0 | 3,6 | 0,1 | 33 | 54-19з | 6,11 |
| Каша молочная дружба | 100 | 4 | 4,9 | 26 | 163,6 | 50 | 6,41 |
| Чай с молоком и сахаром | 220 | 1,7 | 1,3 | 9,5 | 56 | 54,4гн | 3,51 |
| Хлеб пш | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | Пром | 1,17 |
| Итого за завтрак | | **350** | **8,4** | **11,5** | **45,4** | **317,4** |  | 21,2 |
| Второй завтрак | Сок | 150 | 0,8 | 0 | 19,1 | 79,2 | Пром | 9,00 |
|  | Итого за второй завтрак | **150** | **0,8** | **0** | **19,1** | **79,2** |  | 9,00 |
| Обед | Салат из капусты с морковью | **40** | **0,7** | **4** | **3,9** | **54,4** | 54-8з | 4,23 |
| Щи из капусты со сметаной | **150** | **3,5** | **4,2** | **4,3** | **69,2** | 54-1с | 11,13 |
| Каша гречневая рассыпчатая | **110** | **6** | **4,7** | **26,4** | **171,4** | 54-4г | 6,76 |
| Тефтели из говядины с рисом | **60** | **8,7** | **8,8** | **4,9** | **133,1** | 54-16м | 14,22 |
| Соус красный основной | **25** | **0,8** | **0,6** | **2,2** | **17,7** | 54-3соус | 4,12 |
| Хлеб ржаной | **50** | **3,3** | **0,6** | **16,7** | **85,4** | Пром | 2,66 |
| Компот из смеси сухофруктов | **150** | **0,4** | **0** | **14,8** | **60,7** | 54-1хн | 4,26 |
|  | Итого за обед | **620** | **38,2** | **18,4** | **72,8** | **609,9** |  | 47,38 |
| Полдник | Молоко 2.5 | **155** | **4,5** | **3,9** | **7,4** | **82,6** | Пром | 12,20 |
| Печенье | **45** | **3,4** | **4,4** | **33,5** | **187,1** | Пром | 7,2 |
|  | Итого за день |  |  |  |  |  |  | 96,98 |
|  | Итого за полдник | **200** | **7,9** | **8,3** | **40,9** | **269,7** |  | 19,40 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

Итого за день 96,98

Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10.01. 2025г

Возрастная категория: 3-7лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 1  День | Пятница 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное порциями | 7 | 0,1 | 5,1 | 0,1 | 46,3 | 53-19з | 8,55 |
| Сыр твердых сортов | 10 | 2,3 | 3 | 0 | 35,8 | 54-1з | 8,00 |
| Каша молочная дружба | 130 | 5,2 | 6,3 | 33,8 | 212,7 | 50 | 7,46 |
| Чай с молоком и сахаром | 228 | 1,8 | 1,3 | 9,8 | 58,1 | 54-4гн | 4,32 |
| Хлеб пш | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | Пром | 1,46 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак | | **400** | **11,3** | **15,9** | **56** | **411,5** |  | 29,79 |
| Второй завтрак | Сок | 180 | 0,9 | 0 | 22,9 | 95 | Пром | 10,8 |
|  | Итого за второй завтрак | **180** | **0,9** | **0** | **22,9** | **95** |  | 10,8 |
| Обед | Салат из капусты с морковью | **60** | **1** | **6,1** | **5,8** | **81,5** | 54-8з | 5,74 |
| Щи из капусты со сметаной | **180** | **4,2** | **5,1** | **5,1** | **83** | 54-1с | 12,32 |
| Каша гречневая | **130** | **7,1** | **5,5** | **31,1** | **202,5** | 54-4г | 6,93 |
| Тефтели из говядины с рисом | **70** | **10,1** | **10,2** | **5,7** | **155,3** | 54-16м | 15,51 |
| Соус красный основной | **25** | **0,8** | **0,6** | **22** | **17,7** | 54-3соус | 4,12 |
| Компот из смеси сухофруктов | **180** | **0,4** | **0** | **17,8** | **72,9** | 54-1хн | 5,45 |
| Хлеб ржаной | **73** | **4,8** | **0,9** | **24,4** | **124,7** | Пром | 3,9 |
| Итого за обед | **718** | **28,4** | **28,4** | **92,1** | **737,6** |  | 53,97 |
| Полдник | Молоко | **200** | **5,8** | **5** | **9,6** | **106,6** | Пром | 15,75 |
|  | Печенье | **50** | **3,8** | **4,9** | **37,2** | **207,9** | Пром | 8,00 |
| Итого за день |  |  |  |  |  |  | 118,4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |