Утверждаю

Директор МБОУ «Федоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

21.01. 2025г.

Возрастная категория: 1 - 3 лет .

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептур | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 1  День 2 | Вторник 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 5 | 0 | 3,6 | 0,1 | 33 | 53-19з | 6,11 |
| Каша жидкая молочная овсяная | 150 | 5,1 | 5,6 | 18,5 | 144,5 | 54-22к | 7,21 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 3,5 | 2,6 | 10,1 | 77,4 | 54-23гн | 3,56 |
| Хлеб пш | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | Пром | 1,16 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак | | **355** | **10,1** | **12** | **38,5** | **301,8** |  | 18,04 |
| 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 | 4,21 |
| Суп гороховый | **150** | **4,9** | **2,1** | **11,2** | **83,2** | 54-25с | 10,61 |
| Картофельное пюре | **110** | **2,3** | **3,9** | **14,5** | **102,2** | 54-11г | 6,03 |
| Тефтели рыбные | **50** | **6,4** | **4** | **16,3** | **86,8** | 54-21р | 13,25 |
| Соус красный | **25** | **0,8** | **0,6** | **2,2** | **17,7** | 54-3с | 5,26 |
| Кисель | **150** | **0** | **0** | **13,1** | **52,4** | 51 | 3,31 |
|  | Хлеб пш | **55** | **4,2** | **0,4** | **27,1** | **128,9** | Пром | 2,32 |
|  | Итого за обед | **580** | **19,3** | **15** | **78,3** | **525,6** |  | 45,26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Полдник | Булочка ванильная | **50** | **3,9** | **3,4** | **25,4** | **147,4** | 54-10в | 9,43 |
|  | Ряженка | **150** | **4,4** | **3,8** | **6,3** | **76,4** | Пром | 16,5 |
|  | Итого за полдник | **200** | **8,3** | **7,2** | **31,7** | **223,8** |  | 25,93 |
|  | Итого за день 98,23 |  |  |  |  |  |  |  |

Итого за день - 102,15

Утверждаю

Директор МБОУ «Федоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

21.01. 2025г.

Возрастная категория: 3-7лет

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 1  День 2 | Вторник 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное порциями | 5 | 0 | 3,6 | 0,1 | 33 | 54-19з | 7,81 |
| Каша жидкая молочная овсяная | 200 | 4,7 | 3,5 | 12,5 | 100,4 | 54-22к | 8,62 |
| Кофейный напиток с молоком | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | Пром | 2,63 |
| Хлеб пш |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак | | **405** | **13,9** | **13,8** | **54** | **395,7** |  | 19,06 |
| Второй завтрак | Сок | 100 | 0,7 | 0,1 | 25,4 | 105,6 | Пром | 5,2 |
|  | Итого за второй завтрак | **100** | **0,7** | **0,1** | **25,4** | **105,6** |  | 5,2 |
| Обед | Салат из капусты с морковью | **60** | **0,5** | **6,1** | **4,3** | **74,3** | 54-11 з | 8,99 |
| Суп гороховый | **200** | **1,8** | **4,3** | **10,7** | **88,3** | 54-18 с | 7,57 |
| Картофельное пюре | **150** | **3,1** | **5,3** | **19,8** | **139,4** | 54-11 г | 6,02 |
| Тефтели рыбные | **80** | **10,3** | **6,4** | **10.1** | **138,9** | 54-11 р | 12,91 |
| Соус красный | **25** | **0,8** | **0,6** | **2,2** | **17,7** | 54-3с | 3,66 |
| Кисель | **200** | **0,1** | **0** | **14** | **56,8** | 54-25 хн | 2,89 |
|  | Хлеб пш | **50** | **3,3** | **0,6** | **16,7** | **85,4** | Пром | 2,63 |
|  | Итого за обед | **765** | **19,9** | **23,3** | **77,8** | **600,8** |  | 44,67 |
| Полдник | Булочка ванильная | **50** | **8,2** | **10,3** | **15** | **185,7** | 54-1 в | 22,96 |
| Ряженка | **200** | **5,8** | **5** | **8,4** | **101,8** | Пром | 11,89 |
|  | Итого за полдник | **250** | **14** | **15,3** | **23,4** | **287,5** |  | 34,85 |

**Итого за день - 103,78**