Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

29 . 01. 2025г

Возрастная категория: 1-3лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценност | № рецептур | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 2  День | Среда 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 5 | 0 | 3,6 | 0,1 | 33 | 53-19з | 6,11 |
| Сыр твердых сортов в нарезке | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,9 | 54-1з | 4,00 |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 4,1 | 3,4 | 13,4 | 100,7 | 54-4гн | 5,23 |
| Чай с молоком и сахаром | 180 | 1,4 | 1 | 7,7 | 45,8 | 54-4гн | 2,46 |
| Хлеб пш | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | Пром | 1,45 |
| Итого за завтрак | | **370** | **9** | **9,7** | **36** | **267,7** |  | 19,25 |
| 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 | Свекла отварная дольками | **40** | **0,6** | **0** | **3,5** | **16,8** | 54-28з | 4,22 |
| Борщ со сметаной | **150** | **3,5** | **4,3** | **7,6** | **82,8** | 54-2с | 12,30 |
| Кисель | **150** | **0** | **0** | **13,1** | **52,4** | 51 | 4,61 |
| Горошница | **110** | **10,6** | **1** | **24,8** | **150,2** | 54-21г | 7,69 |
| Тефтели рыбные | **60** | **7,7** | **4,8** | **7,6** | **104,2** | 54-21р | 13,9 |
| Соус красный основной | **25** | **0,8** | **0,6** | **2,2** | **17,7** | 54-3с | 3,45 |
|  | Хлеб пш | **50** | **3,8** | **0,4** | **24,6** | **117,2** | Пром | 2,9 |
|  | Итого за обед | **585** | **27** | **11,1** | **83,4** | **541,3** |  | 49,07 |
| Полдник | Булочка школьная | **50** | **4,3** | **1,5** | **28,4** | **143,9** | 54-9в | 9,21 |
| Молоко | **150** | **4,4** | **3,8** | **7,2** | **80** | Пром | 11,66 |
|  | Итого за полдник | **200** | **11,8** | **11,4** | **28,6** | **264,4** |  | 20,87 |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

Итого за день 98,19

Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

29.01.2025г.

Возрастная категория: 3-7лет

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценност | № рецептур | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 2  День | Среда 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 | 53-19з | 9,22 |
| Сыр твердых сортов | 10 | 2,3 | 3 | 0 | 35,8 | 54-1з | 6,00 |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 5,5 | 4,5 | 17,9 | 134,2 | 54-19к | 6,12 |
| Чай с молоком и сахаром | 200 | 1,6 | 1,1 | 8,6 | 50,9 | 54-4гн | 3,24 |
| Хлеб пш | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | Пром | 1,74 |
| Итого за завтрак | | **445** | **11,4** | **16,1** | **38,9** | **345,6** |  | 26,32 |
| 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 | Свекла отварная дольками | **60** | **0,9** | **0,1** | **5,2** | **25,2** | 54-28з | 5,67 |
| Борщ со сметаной | **180** | **4,2** | **5,1** | **9,1** | **99,4** | 54-2с | 13,82 |
| Горошница | **130** | **12,5** | **1,1** | **29,3** | **177,5** | 54-21г | 8,34 |
| Тефтели рыбные | **70** | **9** | **5,6** | **8,9** | **121,6** | 54-21р | 14,43 |
| Соус красный основной | **25** | **0,8** | **0,6** | **2,2** | **17,7** | 54-3с | 3,45 |
| Кисель | **180** | **0** | **0** | **15,7** | **62,9** | 51 | 5,42 |
|  | Хлеб пш | **73** | **5,5** | **0,6** | **35,9** | **171,1** | Пром | 4,25 |
|  | Итого за обед | **718** | **32,9** | **13,1** | **106,3** | **675,4** |  | 55,38 |
| Полдник | Булочка школьная | **70** | **6** | **2,1** | **39,7** | **201,4** | 54-9в | 10,13 |
| Молоко | **200** | **5,8** | **5** | **9,6** | **106,6** | Пром | 14,56 |
|  | Итого за полдник | **270** | **11,8** | **7,1** | **49,3** | **308** |  | 24,69 |

**Итого за день 117,19**