Утверждаю

Директор МБОУ «Федоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

31.01. 2025г

Возрастная категория: 1-3лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценност | № рецептур | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 2  День | Пятница 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 5 | 0 | 3,6 | 0,1 | 33 | 53-19з | 5,86 |
| Каша молочная жидкая манная | 150 | 4 | 4,3 | 19 | 130,7 | 54-27к | 7,81 |
| Какао с молоком | 180 | 4,2 | 3,2 | 11,2 | 90,4 | 54-21гн | 7,06 |
| Хлеб пш | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | Пром | 1,17 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак | | **355** | **9,7** | **11,3** | **40,1** | **301** |  | 21,90 |
| 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 | 3,90 |
| Свекольник | **150** | **3,5** | **2** | **8,1** | **64,3** | 54-23с | 10,99 |
| Каша перловая | **130** | **3,8** | **4,6** | **26,4** | **162,2** | 54-5г | 6,00 |
| Гуляш из говядины | **50** | **8,5** | **8,3** | **1,9** | **116,1** | 54-2м | 18,57 |
| Кисель | **150** | **0** | **0** | **13,1** | **52,4** | 51 | 4,30 |
| Хлеб ржаной | **55** | **3,6** | **0,7** | **18,4** | **93,9** | Пром | 2,08 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за обед |  |  |  |  |  |  | 45,84 |
| Полдник | Молоко | **150** | **4,4** | **3,8** | **7,2** | **80** | Пром | 11,67 |
| Крендель сахарный | **50** | **3,3** | **5,9** | **25,2** | **166,8** | 54-17в | 8,21 |
|  | Итого за полдник | **200** | **7,7** | **9,7** | **32,4** | **246,** |  | 19,88 |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

**Итого за день 96,62**

Утверждаю

Директор МБОУ «Федоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

31.01.2025 г.

Возрастная категория: 3-7лет

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценност | № рецептур | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 2  День | Пятница 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 7 | 0,1 | 5,2 | 0,1 | 46,3 | 53-19з | 6,72 |
| Каша жидкая молочная манная | 200 | 5,3 | 5,7 | 25,3 | 174,2 | 54-27к | 8,51 |
| Какао с молоком | 180 | 4,2 | 3,2 | 11,2 | 90,4 | 54-21гн | 8,12 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | Пром | 1,45 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак | | **412** | **11,5** | **14,2** | **48,9** | **369,5** |  | 24,80 |
| 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 | 4,32 |
| Свекольник | **180** | **4,2** | **2,4** | **9,8** | **77,2** | 54-23с | 11,25 |
| Каша перловая рассыпчатая | **130** | **3,8** | **4,6** | **26,4** | **162,2** | 54-5г | 6,84 |
| Гуляш из говядины | **70** | **11,9** | **11,6** | **2,7** | **162,5** | 54-16м | 19,32 |
| Кисель | **180** | **0** | **0** | **15,7** | **162,9** | 51 | 5,05 |
| Хлеб ржаной | **73** | **4,8** | **0,9** | **24,4** | **124,7** | Пром | 3,1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за обед | **693** | **25,7** | **25,6** | **84.8** | **671** |  | 49,88 |
| Полдник | Молоко | **200** | **5,8** | **5** | **9,6** | **106,6** | Пром | 15,56 |
| Крендель сахарный | **70** | **4,7** | **8,2** | **35,2** | **233,5** | 54-17в | 9,43 |
|  | Итого за полдник | **270** | **10,5** | **13,2** | **44,8** | **340,1** |  | 24,99 |

Итого за день 110,47