Утверждаю

Директор МБОУ «Федоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

9 января 2025г

Возрастная категория: 1-3лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептур | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 1  День | Четверг 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 5 | 0 | 3,6 | 0,1 | 33 | 53-19з | 6,11 |
| Каша жидкая молочная пшенная | 150 | 4,5 | 4.7 | 20,4 | 141,9 | 54-25к | 7,23 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 3,5 | 2,6 | 10,1 | 77,4 | 54-23гн | 7,02 |
| Хлеб пш | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | Пром | 1,56 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак | | **355** | **9,5** | **11,1** | **40,4** | **299,2** |  | 21,92 |
| 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 | Морковь в нарезке | **40** | **0,5** | **0** | **2,8** | **13,5** | 54-32з | 5,08 |
| Кисель | **150** | **0** | **0** | **13,1** | **52,4** | 51 | 4,11 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | **150** | **3,6** | **1,6** | **11,6** | **75,6** | 54-24с | 7,49 |
| Голубцы ленивые | **180** | **15,2** | **13,8** | **11,5** | **230,9** | 54-3м | 16,31 |
| Хлеб пш | **55** | **4,2** | **0,4** | **27,1** | **128,9** | Пром | 3,20 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за обед | **575** | **23,5** | **15,8** | **66,1** | **501,3** |  | 36,19 |
| Полдник | Ватрушка с повидлом | **50** | **3,1** | **1,4** | **32,4** | **154,4** | 54-14в | 14,01 |
| Ряженка | **150** | **4,4** | **3,8** | **6,3** | **76,4** | Пром | 16,50 |
|  | Итого за полдник | **200** | **7,5** | **5,2** | **38,7** | **230,8** |  | 30,51 |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

Итого за день 97,62

Утверждаю

Директор МБОУ «Федоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

9 января 2025г

Возрастная категория: 3-7лет

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 1  День | Четверг 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 5 | 0 | 3,6 | 0,1 | 33 | 53-19з | 6,11 |
| Каша жидкая молочная | 180 | 7,5 | 9,1 | 33,9 | 247,4 | 54-24к | 8,91 |
| Кофейный напиток с молоком | 1950 | 3,9 | 2,8 | 10,9 | 83,8 | 54-23гн | 7,84 |
| Хлеб пш | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | Пром | 1,56 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак | | **400** | **12,8** | **15,7** | **54,7** | **411,1** |  | 24,42 |
| 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 | Морковь в нарезке | **60** | **0,8** | **0,1** | **4,1** | **20,2** | 54-32з | 6,23 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | **180** | **4,3** | **2** | **14** | **90,8** | 54-24с | 9,54 |
| Голубцы ленивые | **200** | **16,9** | **15,3** | **12,8** | **256,6** | 54-3м | 18,36 |
| Кисель | **180** | **0** | **0** | **15,7** | **62,9** | 51 | 5,72 |
| Хлеб пш | **73** | **5,5** | **0,6** | **35,9** | **171,1** | Пром | 4,25 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого за обед | **693** | **27,5** | **18** | **82,5** | **601,6** |  | 44,10 |
| Полдник | Ватрушка с повидлом | **70** | **4,2** | **1,9** | **45,3** | **216,2** | 54-14в | 15,05 |
| Ряженка | **200** | **5,8** | **5** | **8,4** | **101,8** | Пром | 22,00 |
|  | Итого за полдник | **270** | **10,2** | **6,9** | **53,7** | **318** |  | 37,05 |