Утверждаю

Директор МБОУ «Федоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

18 декабря 2024г

Возрастная категория: 1-3лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 1  День | Среда 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Каша пшенная рассыпчатая | 160 | 7,7 | 7,8 | 6,66 | 34,3 | 54-12г | 10,75 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,2 | 0 | 6,42 | 26,8 | 54-2гн | 3,10 |
| Хлеб пш | 20 | 1,9 | 0,2 | 12,30 | 58,6 | Пром | 1,18 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак | | 360 | 9,8 | 8,0 | 25,32 | 119,7 |  | 15,03 |
| Второй завтрак | Сок | 100 | 1 | 0 | 25,4 | 105,6 | Пром | 5,2 |
|  | Итого за второй завтрак | 100 | 1 | 0 | 25,4 | 105,6 |  | 5,2 |
| Обед | Салат из белокачанной капусты | 40 | 1,51 | 6,09 | 6,24 | 85,7 | 54-7з | 3,43 |
| Суп гороховый | 160 | 5,88 | 2,5 | 13,45 | 99,7 | 54-25с | 10,08 |
| Капуста тушеная | 130 | 2,9 | 26,5 | 8,10 | 283 | 54-19г | 11,09 |
| Котлета из говядины | 50 | 12,8 | 12,2 | 11,51 | 206,8 | 54-4м | 21,34 |
| Кисель | 180 | 0,2 | 0,1 | 11,0 | 23,4 | 54-22хн | 19,54 |
| Хлеб пш | 20 | 1,9 | 0,2 | 12,30 | 58,6 | Пром | 0,99 |
|  | Итого за обед | 580 | 25,2 | 47,6 | 62.6 | 752,2 |  | 66,47 |
| Полдник | Булочка ванильная | 40 | 3,9 | 3,4 | 25,39 | 147,4 | 54-10в | 8,75 |
| Молоко | 180 | 5,8 | 5 | 9,6 | 106,6 | Пром | 7,56 |
|  | Итого за полдник | 190 | 9,7 | 8,4 | 34,99 | 254 |  | 16,31 |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

Итого за день 103,01

Возрастная категория: 3 – 7 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 1  День | Среда 1 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Каша пшенная рассыпчатая | 200 | 4,01 | 5,75 | 13,9 | 123,4 | 54-12г | 8,23 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,19 | 1,14 | 6,42 | 26,8 | 54-2гн | 6,01 |
| Хлеб пш | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | Пром | 2,36 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак | | 425 | 6,1 | 7,09 | 32,62 | 208,8 |  | 16,67 |
| Второй завтрак | Сок | 100 | 1 | 0 | 25,4 | 105,6 | Пром | 5,2 |
|  | Итого за второй завтрак | 100 | 1 | 0 | 25,4 | 105,6 |  | 5,2 |
| Обед | Салат из белокачанной капусты | 60 | 1,51 | 6,09 | 6,24 | 85,7 | 54-7з | 7,87 |
| Суп гороховый | 180 | 5,88 | 2,5 | 13,45 | 99,7 | 54-25с | 8,66 |
| Капуста тушеная | 150 | 2,92 | 26,5 | 8,1 | 283 | 54-19г | 16,05 |
| Котлета из говядины | 70 | 12,8 | 12,2 | 11,51 | 206,8 | 54-4м | 21,11 |
| Кисель | 200 | 0,2 | 0,1 | 11,00 | 26,2 | 54-22хн | 4,89 |
| Хлеб пш | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | Пром | 2,36 |
|  | Итого за обед | 685 | 25,2 | 47,6 | 62,6 | 760 |  | 60,94 |
| Полдник | Булочка ванильная | 50 | 3,9 | 3,37 | 25,39 | 147,4 | 54-10в | 16,72 |
| Молоко | 200 | 5,8 | 5 | 9,6 | 106,6 | Пром | 8,63 |
|  | Итого за полдник | 250 | 9,7 | 8,37 | 34,99 | 254 |  | 25,35 |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

Итого за день 108,16