Утверждаю

Директор МБОУ «Федоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

14.01.2025г

Возрастная категория: 1-3лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценност | № рецептур | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 2  День | Вторник 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 5 | 0 | 3,6 | 0,1 | 33 | 54-19з | 6 ,11 |
| Каша жидкая молочная рисовая | 100 | 2,6 | 2,7 | 14,3 | 92,3 | 54-25.1к | 7,04 |
| Яйцо вареное | 40 | 4,8 | 4 | 0,3 | 56,6 | 54-6о | 6,00 |
| Какао с молоком | 185 | 4,3 | 3,3 | 11,6 | 92,9 | 54-21гн | 5,47 |
| Хлеб пш | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | Пром | 1,16 |
| Итого за завтрак | | **350** | **13,2** | **13,8** | **36,1** | **321,7** |  | 25,78 |
| 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 отварная дольками | **40** | **0,5** | **1,3** | **2,8** | **25,1** | 54-27з | 3,04 |
| Суп с рыбными консервами | **150** | **4,4** | **5,1** | **9,4** | **101** | 54-27с | 9,88 |
| Котлета из говядины | **60** | **10,9** | **10,4** | **9,9** | **177,1** | 54-4м | 14,00 |
| Картофельное пюре | **110** | **2,3** | **3,9** | **14,5** | **102,2** | 54-11г | 6,85 |
| Компот из сухофруктов | **150** | **0,3** | **0** | **14,9** | **60,6** | 54-35хн | 5,00 |
| Хлеб пш | **55** | **4,2** | **0,4** | **27,1** | **128,9** | Пром | 3,2 |
|  | Итого за обед | **565** | **22,6** | **21,1** | **78,6** | **594,9** |  | 45,98 |
| Полдник | Ватрушеа творожная | **50** | **8,2** | **13,8** | **15** | **185,7** | 54-1в | 8,88 |
| Ряженка | **150** | **4,4** | **3,8** | **6,3** | **76,4** | Пром | 13,50 |
|  | Итого за полдник | **200** | **12,6** | **14,1** | **21,3** | **262,1** |  | 22,38 |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

Итого за день 103,14

Утверждаю

Директор МБОУ «Федоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

14.01.2025г

Возрастная категория: 3-7лет

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценност | № рецептур | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 2  День | Вторник 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 7 | 0,1 | 5,1 | 0,1 | 46,3 | 53-19з | 8,56 |
| Каша жидкая молочная рисовая | 180 | 4 | 4,1 | 21,5 | 138,4 | 54-25к | 7,62 |
| Яйцо вареное | 40 | 4,8 | 4 | 0,3 | 56,6 | 54-6о | 6,00 |
| Какао с молоком | 180 | 4,2 | 3,2 | 11,2 | 90,4 | 54-21г | 6,34 |
| Хлеб пш | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | Пром | 1,46 |
| Итого за завтрак | | **402** | **15** | **16,6** | **45,4** | **390,3** |  | 29,98 |
| 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 отварная дольками | **60** | **0,8** | **2** | **4,1** | **37,6** | 54-27з | 4,56 |
| Суп с рыбными консервами | **180** | **5,3** | **6,1** | **11,3** | **121,1** | 54-3с | 10,54 |
| Картофельное пюре | **130** | **2,7** | **4,6** | **17,2** | **120,8** | 54-12м | 7,56 |
| Компот из сухофруктов | **180** | **0,3** | **0** | **17,8** | **72,7** | 54-35х | 5,34 |
| Котлета из говядины | **70** | **12,8** | **12,2** | **11,5** | **206,7** |  | 15,08 |
| Хлеб пш | **73** | **5,5** | **0,6** | **35,9** | **171,1** | Пром | 4,25 |
|  | Итого за обед | **693** | **27,4** | **25,5** | **97,8** | **730** |  | 48,75 |
| Полдник | Ватрушка творожная | **60** | **9,9** | **12,4** | **18** | **222,8** | 54-1в | 9,31 |
| Ряженка | **210** | **6,1** | **5,3** | **8,8** | **106,9** | Пром | 13,1 |
|  | Итого за полдник | **270** | **16** | **17,7** | **26,8** | **329,7** |  | 22,41 |