Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

23 декабря 2024г

Возрастная категория: 1-3лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 17 | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 2  День | Понедельник 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 4 | 0 | 3,6 | 0,1 | 33 | 53-19з | 4,45 |
| Сыр твердых сортов в нарезке | 4 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,9 | 54-1з | 2,22 |
| Каша вязкая молочная кукурузная | 150 | 6,5 | 8,3 | 39,6 | 259 | 54-2к | 11,69 |
| Чай с сахаром | 170 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,8 | 54-2гн | 6,49 |
| Хлеб пш | 20 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | Пром |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак | | **348** | **8,8** | **13,6** | **58,1** | **395,3** |  | 18,36 |
| 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 капусты с овощами | **50** | **1,7** | **4** | **1,7** | **50** | 54-10з | 5,23 |
| Суп рыбный с крупой и картофелем | **170** | **5,2** | **3** | **12,6** | **98,1** | 5а | 8,66 |
| Макароны отварнык | **130** | **5,3** | **4,9** | **32,8** | **196,8** | 54-1г | 6,57 |
| Гуляш из отварной птицы | **50** | **10,8** | **1,5** | **1,2** | **62** | 54-34м | 9,09 |
| Компот из сухофруктов | **170** | **0,5** | **0** | **19,8** | **81** | 54-1хн | 4,51 |
| Хлеб пш | **20** | **1,9** | **0,2** | **12,3** | **58,6** | Пром | 1,36 |
|  | Итого за обед | **590** | **25,4** | **13,6** | **80,4** | **546,5** |  | 35,42 |
| Полдник | Ватрушка творожная | **40** | **8,2** | **10,3** | **15** | **185,7** | 54-1в | 21,4 |
| Ряженка | **180** | **5,8** | **5** | **8,4** | **101,8** | Пром | 19,8 |
|  | Итого за полдник | **220** | **14** | **15,3** | **23,4** | **287,5** |  | 41,2 |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

Итого за день 100,18

Возрастная категория: 3 – 7 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 2  День | Понедельник 2 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 5 | 0 | 3,6 | 0,1 | 33 | 53-19з | 7,94 |
| Сыр твердых сортов в нарезке | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,9 | 54-1з | 2,82 |
| Каша вязкая молочная кукурузная | 180 | 6,5 | 8,3 | 39,6 | 259 | 54-2к | 12,03 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,8 | 54-2гн | 3,32 |
| Хлеб пш | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | Пром | 1,46 |
| Итого за завтрак | | **415** | **9,81** | **13,6** | **58,4** | **395,3** |  | 27,57 |
| Второй завтрак | Сок | 200 | 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 капусты с овощами | **60** | **1,7** | **4** | **1,7** | **50** | 54-10з | 7,87 |
| Суп рыбный с крупой и картофелем | **200** | **5,2** | **3** | **12,6** | **98,1** | 5а | 9,25 |
| Макароны отварные | **150** | **5,3** | **4,9** | **32,8** | **196,8** | 54-1г | 3,51 |
| Гуляш из отварной птицы | **80** | **10,8** | **1,5** | **1,2** | **62** | 54-34м | 9,09 |
| Компот из сухофруктов | **200** | **0,5** | **0** | **19,8** | **81** | 54-1хн | 5,90 |
| Хлеб пш | **25** | **1,9** | **0,2** | **12,3** | **58,6** | Пром | 1,46 |
|  | Итого за обед | **715** | **25,4** | **13,6** | **80,4** | **546,5** |  | 37,08 |
| Полдник | Ватрушка творожная | **50** | **8,2** | **10,3** | **15** | **185,7** | 54-1в | 24,96 |
| Ряженка | **200** | **5,8** | **5** | **8,4** | **101,8** | Пром | 12,57 |
|  | Итого за полдник | **250** | **14** | **15,3** | **23,4** | **287,5** |  | 37,53 |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

Итого за день 107,38