Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

21.03.2024г

Возрастная категория: 1.5-3лет

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименованиеблюда  | Вес блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность | № рецептуры |
| белки | жиры |  углеводы  |
| Неделя 2День 5 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 5 | 0.1 | 5.1 | 0.1 | 46.3 | Пром |
| Каша молочная манная | 150 | 4 | 4.3 | 19 | 130.7 | 54-27к |
| Какао с молоком | 180 | 3.1 | 2.3 | 9.9 | 72.9 | 54-21гн |
| Хлеб пш | 20 | 1.5 | 0.2 | 9.8 | 46.9 | Пром |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак | **355** | **8.7** | **11.9** | **38.8** | **296.8** |  |
| Второй завтрак  | Сок  | 150 | 0.5 | 0.1 | 10.1 | 43.3 | Пром |
|  | Итого за второй завтрак | **150** | **0.5** | **0.1** | **10.1** | **43.3** |  |
| Обед | Салат из капусты и моркови | **40** | **0.7** | **4** | **3.9** | **54.4** | 54-8з |
| Свекольник | **150** | **1.3** | **1.9** | **7.9** | **54.4** | 54-18с |
| Каша перловая | **130** | **3.2** | **3.9** | **22.4** | **137.2** | 54-5г |
| Гуляш из говядины | **50** | **8.5** | **8.3** | **1.9** | **116.1** | 54-2м |
| Кисель | **150** | **0.2** | **0.1** | **11** | **45.5** | 54-22хн |
| Хлеб ржаной | **55** | **4.8** | **0.9** | **24.4** | **124.7** | Пром |
|  | Итого за обед | **575** | **18.7** | **19.1** | **71.5** | **532.3** |  |
| Полдник | Крендель сахарный | **50** | **3.3** | **5.9** | **25.2** | **166.7** | 54-16в |
| Молоко | **150** | **5.8** | **5** | **9.6** | **106.6** | Пром |
|  | Итого за полдник | **200** | **9.1** | **10.9** | **34.8** | **273.3** |  |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

21.03.2025г.

Возрастная категория: 3-7лет

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименованиеблюда  | Вес блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность | № рецептуры |
| белки | жиры |  углеводы  |
| Неделя 2День 5 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное | 7 | 0.1 | 5.1 | 0.1 | 46.3 | 53-19з |
| Каша молочная манная | 200 | 5.3 | 5.7 | 25.3 | 174.2 | 54-27к |
| Какао с молоком | 180 | 4.2 | 3.2 | 11.2 | 90.4 | 54-21гн |
| Хлеб пш | 25 | 1.9 | 0.2 | 12.3 | 58.6 | Пром |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Итого за завтрак | **412** | **115** | **14.2** | **48.9** | **369.5** |  |
| Второй завтрак  | Сок  | 180 | 0.9 | 0 | 22.9 | 95 | Пром |
|  | Итого за второй завтрак | **180** | **0.9** | **0** | **22.9** | **95** |  |
| Обед | Салат из капусты с морковью | **60** | **1** | **6.1** | **5.8** | **81.5** | 54-8з |
| Свекольник | **180** | **4.2** | **2.4** | **9.8** | **77.2** | 54-23с |
| Кисель | **180** | **0** | **0** | **15.7** | **62.9** | 51 |
| Каша перловая | **130** | **3.8** | **4.6** | **26.4** | **162.2** | 54-5г |
| Гуляш из говядины | **70** | **11.9** | **11.6** | **2.7** | **162.5** | 54-2м |
| Хлеб ржаной | **73** | **4.8** | **0.9** | **24.4** | **124.7** | 54-2м |
|  | Итого за обед | **693** | **25.7** | **25.6** | **84.8** | **671** |  |
| Полдник | Крендель сахарный | **70** | **4.7** | **8.2** | **35.2** | **233.5** | 54-17в |
| Молоко | **200** | **5.8** | **5** | **9.6** | **106.6** | Пром |
|  | Итого за полдник | **270** | **10.5** | **13.2** | **44.8** | **340.1** |  |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |