Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

5.03.2025г

Возрастная категория: 1.5-3лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 2  День 3 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Масло сливочное порц | 5 | 0.1 | 5.1 | 0.1 | 46.3 | Пром |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 4.1 | 3.4 | 13.4 | 100.7 | 54.19к |
| Чай с молоком и сахаром | 180 | 1.3 | 1 | 7.7 | 45.2 | 54-4гн |
| Сыр твердых сортов | 5 | 1.2 | 1.5 | 0 | 17.9 | 54-1з |
| Хлеб пш | 20 | 1.5 | 0.2 | 9.8 | 46.9 | Пром |
| Итого за завтрак | | **360** | **8.2** | **11.2** | **31** | **257** |  |
| 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 | Свекла отварная дольками | **40** | **0.6** | **0** | **3.5** | **16.8** | 54-28з |
| Борщ с капустой | **150** | **3.5** | **4.3** | **7.6** | **82.8** | 54-2с |
| Горошница | **110** | **10.6** | **1** | **24.8** | **150.2** | 54-21г |
| Тефтели рыбные | **60** | **6.4** | **4** | **6.3** | **86.8** | 54-11р |
| Соус красный основной | **25** | **0.5** | **0.4** | **1.3** | **10.6** | 54-3соус |
| Кисель | **150** | **0.2** | **0.1** | **9.2** | **37.9** | 54-22хн |
| Хлеб пш | **55** | **4.2** | **0.4** | **27.1** | **128.9** | Пром |
|  | Итого за обед | **590** | **26** | **10.2** | **79.8** | **514** |  |
| Полдник | Булочка школьная | **50** | **4.3** | **1.5** | **28.4** | **143.9** | 54-9в |
| Молоко | **150** | **5.8** | **5** | **9.6** | **106.6** | Пром |
|  | Итого за полдник | **200** | **10.1** | **6.5** | **38** | **250.5** |  |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |

Утверждаю

Директор МБОУ «Фёдоровская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_ О.П.Задворная

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

5.03.2024г

Возрастная категория: 3-7лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование  блюда | Вес  блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| Неделя 2  День 3 |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Сыр твердых сортов | 10 | 2.3 | 3 | 0 | 35.8 | 54-1з |
| Масло сливочное | 10 | 0.1 | 7.3 | 0.1 | 66.1 | 53-19з |
| Суп молочный с макаронами изделиями | 200 | 5.5 | 4.5 | 17.9 | 134.2 | 54-19к |
| Чай с молоком и сахаром | 200 | 1.6 | 1.1 | 8.6 | 50.9 | 54-4гн |
| Хлеб пш | 25 | 1.9 | 0.2 | 12.3 | 58.6 | Пром |
| Итого за завтрак | | **445** | **11.4** | **16.1** | **38.9** | **345.6** |  |
| Второй завтрак | Сок | 180 | 0.9 | 0 | 22.9 | 95 | Пром |
|  | Итого за второй завтрак | **180** | **0.9** | **0** | **22.9** | **95** |  |
| Обед | Свекла отварная дольками | **60** | **0.9** | **0.1** | **5.2** | **25.2** | 54-28з |
| Борщ с капустой и смет | **180** | **4.2** | **5.1** | **9.1** | **98.4** | 54-2с |
| Горошница | **130** | **12.5** | **1.1** | **29.3** | **177.5** | 54-21г |
| Тефтели рыбные | **60** | **6.4** | **4** | **6.3** | **86,8** | 54-11р |
| Соус красный основной | **35** | **3,4** | **2.2** | **4,8** | **54,5** | 54-3соус |
| Кисель | **180** | **0** | **0** | **15.7** | **62.9** | 51 |
| Хлебпш | **73** | **5.5** | **0.6** | **35.9** | **171.1** | Пром35 |
|  | Итого за обед | **718** | **32,9** | **13.1** | **106.3** | **675.4** |  |
| Полдник | Булочка школьная | **70** | **6** | **2.1** | **39.7** | **201.4** | 54-9в |
| Молоко | **200** | **5.8** | **5** | **9.6** | **106.6** | Пром |
|  | Итого за полдник | **270** | **11.8** | **7.1** | **49.3** | **308** |  |

|  |
| --- |
|  |
|  |

|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |