

19.03.2025г.

Утверждаю

Директор
МБОУ № 66

Керимова А.В.

Меню для воспитанников группы раннего возраста (2г-3г)

Завтрак	Норма	Б	Ж	У	Обед	Норма	Б	Ж	У	Полдник	норма	Б	Ж	У	Энер.цен
Каша манная молочная	150	4,2	8,2	30,4						Каша рисовая молочная	150 гр	3,9	4,05	2,1	160,8
Какао с молоком	180	3,15	2,72	12,96	Борш	180 гр	4,9	6,49	7,92	Хлеб пшеничный	20гр	1,52	0,16	3,84	46,88
Хлеб пшеничный	25	1,52	0,16	3,84	Пюре картофельное	120 гр	2,06	4,01	6,11	Чай с молоком	180 гр	2,65	2,33	11,31	77
Масло сливочное	5 гр	0,04	2,63	0,065	Котлеты куриные	60 гр	9	4,2	5,1	Кондитерка	20гр	2,43	5,58	24,93	136,5
2 завтрак					Хлеб пшеничный	25 гр	1,52	0,16	3,84						46,88
Фрукты	95 гр	0,4	0,4	9,8	Компот из сухофруктов	180 гр	0,23	0,01	4,28						72,57

Меню для детей дошкольного возраста от (3 г-7 лет)

Завтрак	Норма	Б	Ж	У	Обед	Норма	Б	Ж	У	Полдник	норма	Б	Ж	У	Энер.цен
Каша манная молочная	200	60,8	4,07	31,22		60 гр				Каша рисовая молочная	200 гр	5,3	5,4	2,8	184,5
Какао с сахаром	180	3,29	2,8	14,91	Борщ	200 гр	23,5	24,8	50,6	Хлеб пшеничный	75гр	5,7	0,6	36,9	55,8
Хлеб пшеничный	25	5,7	0,6	36,9	Пюре картофельное	130 гр	3,2	5,2	19,8	Чай с молоком	180 гр	1,6	1,1	8,7	50,9
Масло сливочное	10 гр	0,1	1,2	0,1	Котлеты куриные	75 гр	14,4	3,2	10,1	Кондитерка	30гр	15,3	5,04	20,55	135,3
2 завтрак					Хлеб пшеничный	75 гр	5,7	0,6	36,9						
Фрукты	100 гр	0,4	0,4	9,67	Компот из сухофруктов	200 гр	0,5	0	19,8						

Меню для школьников (7лет – 11лет)

Завтрак	Норма	Б	Ж	У	Обед	Норма	Б	Ж	У	Полдник	норма	Б	Ж	У	Энер.цен
Фрукты	100гр	0,4	0,31	10,31	Борш	200 г	23,5	24,8	50,6	Каша рисовая молочная	200 гр	5,3	5,4	2,8	184,5
Хлеб	100гр	0,08	0,3	5,1	Пюре картофельное	150 гр	3,2	5,2	19,8	Хлеб пшеничный	75гр	5,7	0,6	36,9	115,8
Каша гречневая	150 гр				Котлеты куриные	75 гр	13,7	13,1	12,4	Чай с молоком	200 гр	1,6	1,1	8,7	50,9
Гуляш куриный	80 гр	13,5	13,1	3,2	Хлеб пшеничный	60 гр	5,7	0,6	36,9	Кондитерка	30гр	15,3	5,04	20,55	135,3
Сок фруктовый	200 гр	1,4	1,6	16,4	Компот из сухофруктов	25 гр	0,5	0	19,8						
Масло сливочное	10 гр	0,1	1,2	0,1											