

Утверждаю

Заместитель директора по ДГ



Сабанова Е. А.

Меню

МБОУ "Октябрьская СОШ (дошкольная группа)"

День: 12.05.2025 года, понедельник

| Прием пищи | Раздел      | № рец.   | Блюдо                                    | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|------------------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 54-16к   | каша "Дружба"                            | 200      |      | 169          | 5     | 6    | 24       |
|            | гор.напиток | 54-21гн  | какао с молоком                          | 200      |      | 18           | 0     |      | 4        |
|            | хлеб        | Пром.    | пшеничный                                | 40       |      | 94           | 3     | 0    | 20       |
| Завтрак 2  |             |          |                                          |          |      |              |       |      |          |
|            | сок         | Пром.    | сок фруктовый                            | 180      |      | 95           | 1     | 0    | 23       |
| Обед       | закуска     | 54-2з    | Огурец в нарезке                         | 60       |      | 9            | 1     | 0    | 2        |
|            | 1 блюдо     | 54-1с    | щи из свежей капусты на к\б, со сметаной | 200      |      | 92           | 5     | 6    | 6        |
|            | 2 блюдо     | 54-11г   | картофельное пюре                        | 150      |      | 139          | 3     | 5    | 20       |
|            | соус        | 54-3соус | соус красный основной                    | 30       |      | 21           | 1     | 1    | 3        |
|            | гарнир      | 54-5м    | котлета из курицы                        | 75       |      | 127          | 14    | 3    | 10       |
|            | напиток     | 122      | кисель                                   | 180      |      | 71           | 0     | 0    | 18       |
|            | хлеб        | Пром.    | пшеничный                                | 40       |      | 94           | 3     | 0    | 20       |
|            | хлеб        | Пром.    | ржаной                                   | 40       |      | 68           | 3     | 13   | 18       |
| Полдник    | булочное    | 54-1т    | запеканка из творога                     | 100      |      | 201          | 20    | 7    | 14       |
|            | напиток     | 54-13хн  | напиток из шиповника                     | 180      |      | 59           | 0     | 0    | 14       |
| Итого      |             |          |                                          | 1665     |      | 1301,6       | 48    | 33   | 203      |



Ознакомлен:

Повар: М. Ф. Туркменова

Утверждаю

Заместитель директора по ДГ



Сабанова Е. А.

**Меню**

**МБОУ "Октябрьская СОШ (дошкольная группа)"**

**День: 13.05.2025 года, вторник**

| Прием пищи | Раздел      | № рец.  | Блюдо                                            | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|--------------------------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 54-10к  | каша вязкая молочная овсяная с изюмом            | 180      |      | 256          | 8     | 10   | 35       |
|            | гор.напиток | 54-23гн | кофейный напиток с молоком                       | 200      |      | 86           | 4     | 3    | 11       |
|            | хлеб        | Пром.   | ржаной                                           | 40       |      | 68           | 3     | 1    | 13       |
| Завтрак 2  | фрукты      | Пром.   | яблоко                                           | 200      |      | 89           | 1     | 1    | 20       |
| Обед       | закуска     | 54-34з  | салат картофельный с морковью и зеленым горошком | 60       |      | 70           | 2     | 4    | 6        |
|            | 1 блюдо     | 54-3с   | рассольник Ленинградский                         | 200      |      | 126          | 5     | 6    | 14       |
|            | 2 блюдо     | 54-10м  | капуста тушеная с мясом                          | 150      |      | 255          | 17    | 17   | 10       |
|            | напиток     | 54-1хн  | компот из смеси сухофруктов                      | 180      |      | 73           | 0     | 0    | 18       |
|            | хлеб бел.   | Пром.   | пшеничный                                        | 50       |      | 117          | 4     | 0    | 25       |
| Полдник    | запеканка   | 53з     | пирожки печеные с картошкой                      | 70       |      | 195          | 5     | 8    | 27       |
|            | напиток     | 54-3гн  | чай с лимоном и сахаром                          | 200      |      | 30           | 0     | 0    | 7        |
| Итого      |             |         |                                                  | 1540     |      | 1399         | 62    | 48   | 179      |



Ознакомлен:

Повар: М. Ф. Туркменова

Утверждаю

Заместитель директора по ДГ



Сабанова Е. А.

Меню

МБОУ "Октябрьская СОШ (дошкольная группа)"

День: 14.05.2025 года, среда

| Прием пищи | Раздел      | № рец.   | Блюдо                        | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|----------|------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 54-25.1к | каша жидкая молочная рисовая | 200      |      | 185          | 5     | 5    | 29       |
|            | сыр         | 54-1з    | сыр в нарезке                | 10       |      | 36           | 2     | 3    | 0        |
|            | гор.напиток | 54-2гн   | чай с сахаром                | 200      |      | 27           | 0     | 0    | 6        |
|            | хлеб        | Пром.    | пшеничный                    | 50       |      | 117          | 4     | 0    | 25       |
| Завтрак 2  | сок         | Пром.    | персиковый                   | 150      |      | 101          | 1     | 0    | 25       |
| Обед       | закуска     | 54-3з    | помидор в нарезке            | 60       |      | 13           | 1     | 0    | 2        |
|            | 1 блюдо     | 54-17с   | суп из овощей                | 200      |      | 71           | 1     | 4    | 8        |
|            | 2 блюдо     | 54-21г   | горошница                    | 150      |      | 205          | 15    | 1    | 34       |
|            | гарнир      | 54-4м    | котлета из говядины          | 75       |      | 221          | 14    | 13   | 12       |
|            | соус        | 54-4соус | сметанный натуральный        | 30       |      | 56           | 1     | 5    | 2        |
|            | напиток     | 54-34хн  | компот из яблок с лимоном    | 200      |      | 48           | 0     | 0    | 11       |
|            | хлеб бел.   | Пром.    | пшеничный                    | 40       |      | 94           | 3     | 0    | 20       |
| Полдник    | булочное    | 54-14в   | ватрушка с повидлом          | 60       |      | 185          | 4     | 2    | 39       |
|            | напиток     | Пром.    | молоко                       | 200      |      | 118          | 6     | 6    | 9        |
| Итого      |             |          |                              | 1625     |      | 1475         | 56    | 40   | 222      |

Ознакомлен:  Повар: М. Ф. Туркменова

Утверждаю

Заместитель директора по ДГ



Сабанова Е. А.

**Меню**

**МБОУ "Октябрьская СОШ (дошкольная группа)"**

**День: 15.05.2025 года, четверг**

| Прием пищи | Раздел      | № рец.  | Блюдо                               | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|-------------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 54-21к  | каша вязкая молочная ячневая        | 180      |      | 224          | 7     | 8    | 31       |
|            | гор.напиток | 54-21гн | какао с молоком                     | 180      |      | 90           | 4     | 3    | 11       |
|            | хлеб        | Пром.   | пшеничный                           | 40       |      | 94           | 3     | 0    | 20       |
| Завтрак 2  | фрукты      | Пром.   | банан                               | 100      |      | 95           | 2     | 1    | 21       |
| Обед       | закуска     | 54-5з   | салат из свежих помидоров и огурцов | 60       |      | 38           | 1     | 3    | 2        |
|            | 1 блюдо     | 54-12с  | суп с рыбными консервами            | 200      |      | 135          | 6     | 7    | 13       |
|            | 2 блюдо     | 54-9м   | жаркое по-домашнему                 | 200      |      | 318          | 20    | 19   | 17       |
|            | напиток     | 122     | кисель                              | 200      |      | 78           | 0     | 0    | 20       |
|            | хлеб        | Пром.   | пшеничный                           | 40       |      | 93           | 3     | 0    | 20       |
| Полдник    | булочное    | 532     | пирожки печеные с капустой          | 70       |      | 201          | 5     | 8    | 27       |
|            | напиток     | 54-2гн  | Чай с сахаром                       | 200      |      | 27           | 0     | 0    | 6        |
| Итого      |             |         |                                     | 1460     |      | 1448         | 54    | 46   | 204      |



Ознакомлен:

Повар: М. Ф. Туркменова

Утверждаю

Заместитель директора по ДГ



Сабанова Е. А.

Меню

МБОУ "Октябрьская СОШ (дошкольная группа)"

День: 16.05.2025 года, пятница

| Прием пищи | Раздел      | № рец.  | Блюдо                                 | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|---------------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 54-20к  | каша жидкая молочная гречневая        | 200      |      | 187          | 7     | 6    | 27       |
|            | сыр         | 54-1з   | сыр в нарезке                         | 10       |      | 36           | 2     | 3    | 0        |
|            | гор.напиток | 54-23гн | кофейный напиток с молоком            | 180      |      | 77           | 4     | 3    | 10       |
|            | хлеб        | Пром.   | ржаной                                | 40       |      | 68           | 3     | 1    | 13       |
| Завтрак 2  | сок         | Пром.   | абрикосовый                           | 180      |      | 95           | 1     | 0    | 23       |
| Обед       | закуска     | 54-16з  | винегрет с растительным маслом        | 60       |      | 67           | 1     | 5    | 4        |
|            | 1 блюдо     | 54-24с  | суп картофельный с макаронными издел. | 200      |      | 100          | 5     | 2    | 16       |
|            | 2 блюдо     | 54-3м   | голубцы ленивые                       | 180      |      | 231          | 15    | 14   | 12       |
|            | напиток     | 54-32хн | компот из свежих яблок                | 200      |      | 42           | 0     | 0    | 10       |
|            | хлеб бел.   | Пром.   | пшеничный                             | 40       |      | 94           | 3     | 0    | 20       |
|            | хлеб черн.  | Пром.   | ржаной                                | 40       |      | 68           | 3     | 1    | 13       |
| Полдник    | булочное    | 54-10в  | булочка ванильная                     | 60       |      | 177          | 5     | 4    | 31       |
|            | напиток     | 54-4гн  | чай с молоком и сахаром               | 200      |      | 51           | 2     | 1    | 9        |
| Итого      |             |         |                                       | 1560     |      | 1256         | 47    | 37   | 184      |



Ознакомлен:

Повар: М. Ф. Туркменова