

Утверждаю

Заместитель директора по ДГ



Сабанова Е. А.

Меню

МБОУ "Октябрьская СОШ (дошкольная группа)"

День: 17.03.2025 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: 18.03.2025 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	533	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: 19.03.2025 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: 20.03.2025 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: 21.03.2025 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