

Утверждаю
Заместитель директора по ДГ



Сабанова Е. А.

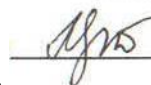
Меню

МБОУ "Октябрьская СОШ (дошкольная группа)"

День: 20.01.2025 года, понедельник

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Завтрак								
	гор.блюдо	54-24к	каша жидкая молочная пшеничная	180		247	8	9	34
	гор.напиток	54-23гн	кофейный напиток с молоком	180		78	4	3	10
	хлеб	Пром.	хлеб пш-ржаной	40		68	3	1	13
Завтрак 2	2-й завтрак								
	фрукты	Пром.	яблоко	200		89	1	1	20
Обед	Обед								
	закуска	54-17з	салат из моркови и чернослива	60		57	1	0	13
	1 блюдо	54-1с	щи из св.капусты со сметаной	200		92	5	6	92
	2 блюдо	54-2г	макароны отварные с овощами	150		181	5	6	27
	гарнир	54-4м	котлета из говядины	75		221	14	13	12
	напиток	54-13хн	напиток из шиповника	180		59	1	0	14
	хлеб бел.	Пром.	пшеничный	50		117	4	0	25
Полдник	Полдник								
	гор.бл.	54-1о	омлет	100		150	9	12	2
	напиток	Пром.	ряженка	180		16	4	5	13
	хлеб	Пром.	пшеничный	20		47	2	0	10
	Итого			1615		1497,8	58	55,3	192,2

Ознакомлен:



Повар: М.Ф. Туркменова

Утверждаю
Заместитель директора по ДГ



Сабанова Е. А.

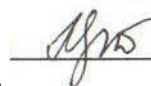
Меню

МБОУ "Октябрьская СОШ (дошкольная группа)"

День: 21.01.2025 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	54-4гн	чай с сахаром и молоком	180		46	1	1	8	
	хлеб	Пром	хлеб пшеничный	40		94	3	0	20	
Завтрак 2	сок	Пром	яблочный	180		87	1	0	20	
Обед	закуска	54-34з	салат картофельный с морковью и зел.гор	60		70	2	4	6	
	1 блюдо	54-11с	суп крестьянский с крупой	200		117	5	6	11	
	2 блюдо	54-4г	каша гречневая рассыпчатая	150		234	8	6	36	
	гарнир	54-3р	котлета рыбная	100		114	14	3	9	
	соус	54-3соус	красный основной	30		21	1	1	3	
	напиток	54-1хн	компот из смеси сухофруктов	180		73	0	18	18	
	хлеб бел.	Пром	пшеничный	50		117	4	0	25	
	Полдник	булочное	280	оладьи с молоком сгущ.	70		224	15	10	19
		напиток	54-34хн	компот из яблок и лимона	200		47	0	0	11
	Итого				1640		1519	54	39	237,8

Ознакомлен:



Повар: М.Ф. Туркменова

Утверждаю
Заместитель директора по ДГ



Сабанова Е. А.

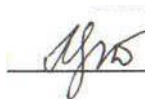
Меню

МБОУ "Октябрьская СОШ (дошкольная группа)"

День: 22.01.2025 года, среда

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	54-26к	каша молочная жидкая рисовая	200		167	5	6	24	
	масло	53-19з	сливочное масло (порция)	10		66	0	7	0	
	гор.напиток	54-3гн	чай с лимоном и сахаром	200		28	0	0	7	
	хлеб	Пром.	хлеб пшеничный	40		94	3	0	20	
Завтрак 2	фрукты	Пром.	банан	100		95	2	1	21	
Обед	закуска	54-7з	салат из белокочанной капусты	60		86	2	6	6	
	1 блюдо	54-25с	суп гороховый	200		111	7	3	15	
	2 блюдо	54-11г	картофельное пюре	150		139	3	5	20	
	гарнир	54-5м	котлета из курицы	75		127	14	3	10	
	соус	54-2соус	белый основной	20		13	1	1	1	
	напиток	122	кисель	180		71	0	0	18	
	хлеб бел.	Пром	пшеничный	50		117	4	0	25	
	Полдник	гарнир	54-10г	картофель отварной в молоке	100		116	3	4	18
		напиток	54-2гн	чай с сахаром	180		24	0	0	6
		хлеб	пром	пшеничный	20		47	2	0	10
Итого				1585		1299,3	43,8	36,5	199	

Ознакомлен:



Повар: М.Ф. Туркменова

Утверждаю
Заместитель директора по ДГ



Сабанова Е. А.

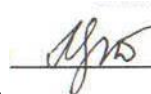
Меню

МБОУ "Октябрьская СОШ (дошкольная группа)"

День: 23.01.2025 года, четверг

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-27к	каша жидкая молочная манная	200		174	5	6	25
	гор.напиток	54-21гн	какао с молоком	200		100	5	4	13
	хлеб	Пром	пш-ржаной	50		85	3	1	17
Завтрак 2	сок	Пром	яблочный	180		87	1	0	20
Обед	закуска	54-14з	салат из свеклы с курагой и изюмом	60		73	1	3	10
	1 блюдо	54-6с	суп картофельный с клецками	200		94	5	3	11
	2 блюдо	54-11м	плов из отварной говядины	150		261	12	11	29
	напиток	54-32хн	компот из свежих яблок	180		38	0	0	9
	хлеб бел.	Пром	пшеничный	50		117	4	0	25
Полдник	булочное	532	пирожки с капустой	70		187	5	1	39
	напиток	Пром	варенец	180		91	5	5	7
Итого				1540		1307,7	45,3	34	205

Ознакомлен:



Повар: М.Ф. Туркменова

Утверждаю
Заместитель директора по ДГ



Сабанова Е. А.


Меню

МБОУ "Октябрьская СОШ (дошкольная группа)"

День: 24.01.2025 года, пятница

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	54-19к	суп молочный с макаронными изд.	200		134	6	5	18
	сыр	54-1з	сыр в нарезке	10		36	2	3	0
	гор.напиток	54-23гн	кофейный напиток с молоком	200		86	4	3	11
	хлеб	Пром	хлеб пшенич.	40		94	3	0	20
Завтрак 2	фрукты	Пром	яблоко	200		89	1	1	20
Обед	закуска	54-11з	салат из моркови и яблок	60		74	1	6	4
	1 блюдо	54-18с	свекольник (со сметаной)	200		88	2	4	11
	2 блюдо	54-5г	каша перловая рассыпчатая	150		187	4	5	31
	гарнир	54-2м	гуляш из говядины	80		187	14	13	3
	напиток	54-13хн	напиток из шиповника	180		59	1	0	14
	хлеб	Пром	пшеничный	40		94	3	0	14
	хлеб	Пром	пш-ржаной	40		70	3	0	68
Полдник	булочное	54-6т	сырники	100		196	20	6	16
	напиток	54-1хн	компот из смеси сухофруктов	200		81	1	0	20
Итого				1700		1471,7	62,1	47,1	199,9

Ознакомлен:



Повар: М.Ф. Туркменова