Утверждаю
Заместитель директора по ДГ

Сабанова Е. А.

Меню

МБОУ "Октябрьская СОШ (дошкольная группа)"

День: 28.07.2025 года, понедельник

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо	54-24к	каша жидкая молочная пшенная	180		247	8	9	34
	гор.напиток	54-23гн	кофейный напиток с молоком	180		78	4	3	10
	хлеб	Пром.	ржаной	40		68	3	1	13
Завтрак 2									
	фрукты	Пром.	яблоко	200		89	1	1	20
Обед									
	закуска	54-3з	помидор в нарезке	60		13	1	0	2
	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	из шиповника	180		59	1	0	14
	хлеб бел.	Пром.	пшеничный	50		117	4	0	25
Полдник									
	гор.бл.	54-6о	яйцо вареное	40		63	5	5	0
	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: 29.07.2025 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	ржаной	40		40	3	1	13
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: 30.07.2025 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.	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	54-25с	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: 31.07.2025 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	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	54-8в	булочка маковая	70		165	7	4	25
	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: 01.08.2025 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	пшенич.	40		94	3	0	20
Завтрак 2	фрукты	Пром	яблоко	200		89	1	1	20
Обед	закуска	54-16з	винегрет с растительным маслом	60		67	5	4	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	из шиповника	180		59	1	0	14
	хлеб	Пром	пшеничный	40		94	3	0	14
	хлеб	Пром	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