



Согласовано:

Директор МБОУ " Ягульская СОШ "

Ларионова Ирина Сергеевна

МЕНЮ

на 14 октября 2024г.

День: первый Неделя: первая


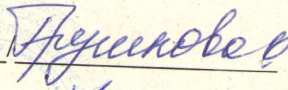

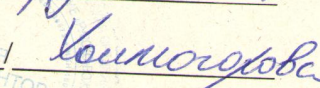
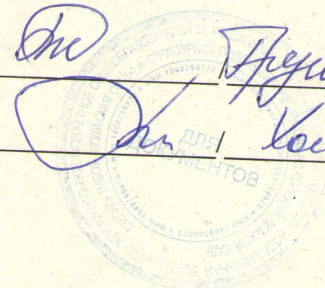
Комплекс для детей 3-7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
ЗАВТРАК						
129	Каша овсяная "Геркулес" молочная	200	9,81	14,95	40,59	329,79
149	Какао с молоком	180	2,97	0,95	13,22	63,41
тгк	Джем (повидло)	10	0,04	0,00	6,01	22,90
тгк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
Итого за прием		410	14,36	16,50	70,48	470,01
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
тгк	Яблоко/печеное яблоко	100	0,40	0,40	11,60	48,68
ОБЕД						
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,92	1,87	14,64	81,87
181	Котлеты, биточки, шницели	70	10,66	12,67	18,57	225,45
106	Каша гречневая вязкая	130	4,16	4,21	18,17	126,75
тгк	Компот из черноплодной рябины	180	0,00	0,00	8,80	33,50
тгк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
тгк	Хлеб ржаной	40	2,48	0,42	15,18	70,69
Итого за прием		620	20,65	19,31	84,79	583,04
ПОЛДНИК						
149	Запеканка из творога	110	11,55	14,32	30,68	325,57
тгк	Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	95,22
253	Компот из кураги	180	0,88	0,05	19,50	73,60
тгк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		340	16,02	17,06	76,26	539,17
Итого завтрак, обед, полдник:			51,43	53,27	243,13	1 640,90

ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 180 руб. 00 коп.

Заведующая производством:

Ответственная по питанию:



Согласовано:
 Директор МБОУ " Ягульская СОШ"
 Ларионова Ирина Сергеевна

МЕНЮ
 на 15 октября 2024г.
 День: второй Неделя: первая
Комплекс для детей 3-7 лет

№ реп.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
ЗАВТРАК						
130	Каша рисовая молочная вязкая	200	10,60	16,10	41,92	307,35
629	Чай с лимоном	180	0,22	0,05	12,66	50,05
6	Сыр (порциями)	8	2,10	2,13	0,00	28,05
ттк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
Итого за прием		408	14,46	18,88	65,24	439,35
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
268	Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0,75	0,00	15,15	64,00
ОБЕД						
63	Пушты шьд с курицей	180	2,32	2,68	12,67	122,67
88	Котлета рыбная "Нептун"	70	12,03	10,76	17,32	184,87
92	Пюре картофельное	150	3,08	5,49	21,53	146,68
628	Чай с сахаром	180	0,16	0,04	8,29	32,29
ттк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
ттк	Хлеб ржаной	40	2,48	0,42	15,18	70,69
Итого за прием		640	21,51	19,53	84,42	601,98
ПОЛДНИК						
3/1	Салат из белокочанной капусты с раст/маслом	50	0,8	2,98	4,45	45,78
285	"Гребешок" из дрожжевого теста	75	9,21	10,6	37,7	306,75
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25
ттк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		345	11,65	13,73	65,00	448,56
Итого завтрак, обед, полдник:			48,37	52,14	229,81	1 553,90

ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 180 руб. 00 коп.

Заведующая производством:

Ответственная по питанию:

Ирина Сергеевна Ларионова
Ольга Владимировна Колмогорова

МБОУ "ЯГУЛЬСКАЯ СОШ" № 1
 ДОКУМЕНТ



Согласовано:

Директор МБОУ " Ягульская СОШ "

Ларионова Ирина Сергеевна

МЕНЮ

на 16 октября 2024г.

День: третий Неделя: первая




Комплекс для детей 3-7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
ЗАВТРАК						
125	Каша манная молочная вязкая	200	8,96	15,70	43,39	322,26
148	Кофейный напиток на молоке	180	2,49	0,51	14,12	63,04
5	Масло сливочное	8	0,00	6,93	0,00	62,34
тгк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
Итого за прием		408	12,99	23,74	68,17	501,54
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
267	Напиток из плодов шиповника	100	0,34	0,14	9,49	40,67
ОБЕД						
31	Салат из свежих огурцов и помидоров	50	0,46	2,71	2,31	34,54
129	Рассольник ленинградский со сметаной	180	1,98	4,52	13,86	120,86
81	Фрикадельки "Петушок"	70	12,23	7,90	20,70	186,10
228	Капуста тушеная	130	2,99	4,20	15,82	122,51
160Т	Напиток из сока	180	0,22	0,04	12,39	48,84
тгк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
тгк	Хлеб ржаной	40	2,48	0,42	15,18	70,69
Итого за прием		670	21,79	19,93	89,69	628,32
ПОЛДНИК						
98	Макаронны отварные с сыром	140	8,38	8,13	28,49	228,97
154	Компот из изюма	180	0,38	0,00	22,32	85,20
тгк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		340	10,19	8,27	60,24	358,95
Итого завтрак, обед, полдник:			45,31	52,08	227,60	1 529,48

ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 180 руб. 00 коп.

Заведующая производством:

Ответственная по питанию:



Согласовано:

Директор МБОУ "Ягульская СОШ"

Ларионова Ирина Сергеевна

МЕНЮ

на 18. октября 2024г.

День: пятый Неделя первая

Комплекс для детей 3-7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
ЗАВТРАК						
257	Каша пшеничная молочная со с/м	200	8,90	15,39	38,80	372,11
629	Чай с лимоном	180	0,22	0,05	12,66	50,05
6	Сыр (порциями)	8	2,10	2,13	0,00	28,05
тк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
Итого за прием		408	12,76	18,17	62,12	504,11
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
335/2	Напиток из свежих ягод	100	0,10	0,04	10,29	52,00
ОБЕД						
17	Салат из квашеной капусты	50	0,74	2,24	4,60	40,43
151/1	Суп-лапша	180	1,70	3,50	31,10	128,40
394	Жаркое по-домашнему	200	15,90	12,99	32,96	332,70
153	Компот из сухофруктов	180	0,19	0,01	12,08	46,13
тк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
тк	Хлеб ржаной	40	2,48	0,42	15,18	70,69
Итого за прием		670	22,44	19,30	105,35	663,12
ПОЛДНИК						
131	Омлет натуральный с маслом	140	12,57	18,61	30,13	258,38
157	Напиток апельсиновый	180	0,17	0,03	14,12	54,68
тк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		340	14,17	18,78	53,68	357,85
Итого завтрак, обед, полдник:			49,47	56,29	231,44	1 577,09

ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 180 руб. 00 коп.

Заведующая производством:

Ответственная по питанию: