



Согласовано:
Директор МБОУ "Ягульская СОШ"
Ларионова И.С.

МЕНЮ

на 15 10 2024г.

День: второй 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						
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	Пуштые 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:

Киселева Г.И.
В.П. Фомаркина



Согласовано:

Директор МБОУ "Среднепостольская СОШ"

Казанцева Светлана Рафисовна

МЕНЮ

на 14 10 2024г.

День: первый Неделя: первая

Комплекс для детей до 3-х лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
ЗАВТРАК						
129	Каша овсяная "Геркулес"молочная	150	7,36	11,21	30,44	247,34
149	Какао с молоком	180	2,97	0,95	13,22	63,41
ттк	Джем (повидло)	10	0,04	0,00	6,01	22,90
ттк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
Итого за прием		360	11,91	12,76	60,33	387,55
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ттк	Яблоко/печеное яблоко	100	0,40	0,40	11,60	48,68
ОБЕД						
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,60	1,56	12,20	68,23
181	Котлеты, биточки, шницели	50	7,01	9,05	11,66	161,04
106	Каша гречневая вязкая	110	3,52	3,56	15,38	107,25
ттк	Компот из черноплодной рябины	150	0,00	0,00	7,33	27,92
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		520	16,04	14,73	71,18	479,90
ПОЛДНИК						
149	Запеканка из творога	110	11,55	14,32	30,68	325,57
ттк	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	63,48
253	Компот из кураги	150	0,73	0,04	16,25	61,33
ттк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		300	15,15	16,20	67,46	495,16
Итого завтрак, обед, полдник:			43,50	44,10	210,57	1 411,30

ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 167 руб. 00 коп.

Заведующая производством:

Ответственная по питанию:

Киселева Г.А.
В.С. Фомарчукова



Согласовано:
Директор МБОУ "Ягуйская СОШ"
Ларионова И.С.

МЕНЮ

на 16 10 2024г.

День: третий 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						
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
тк	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
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	21,79	19,93	89,69	628,32
ПОЛДНИК						
98	Макароньы 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
тк	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:

Киселева И. И.
В.П. Доморудова



Согласовано:

Директор МБОУ "Среднепостольская СОШ"

Казанцева Светлана Рафисовна

МЕНЮ

на 15 10 2024г.

День: второй Неделя: первая

Комплекс для детей до 3-х лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
ЗАВТРАК						
130	Каша рисовая молочная вязкая	150	7,95	12,08	31,44	230,51
629	Чай с лимоном	150	0,18	0,04	10,55	41,71
6	Сыр (порциями)	8	2,10	2,13	0,00	28,05
тгк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
Итого за прием		358	11,77	14,85	52,65	354,17
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
268	Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0,75	0,00	15,15	64,00
ОБЕД						
63	Пуштык швед с курицей	150	1,93	2,23	10,56	102,30
88	Котлета рыбная "Нептун"	50	8,59	7,68	12,37	132,05
92	Пюре картофельное	120	2,50	4,40	17,22	117,34
628	Чай с сахаром	150	0,13	0,03	6,91	26,91
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		530	17,07	14,91	71,67	494,07
ПОЛДНИК						
3/1	Салат из белокочанной капусты с раст/маслом	30	0,48	1,79	2,67	27,47
285	"Гребешок" из дрожжевого теста	75	9,21	10,6	37,7	306,75
153	Компот из сухофруктов	180	0,19	0,01	12,08	46,13
тгк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		305	11,31	12,54	61,88	425,13
Итого завтрак, обед, полдник:			40,90	42,29	201,35	1 337,37

ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 167 руб. 00 коп.

Заведующая производством:

Ответственная по питанию:

Киселева А.И.

В.П. Фоминская



Согласовано:

Директор МБОУ "Среднепостольская СОШ"

Казанцева Светлана Рафисовна

МЕНЮ

на 16 10 2024г.

День: третий Неделя: первая

Комплекс для детей до 3-х лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
ЗАВТРАК						
125	Каша манная молочная вязкая	150	6,72	11,78	32,54	241,70
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
ткк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
Итого за прием		358	10,75	19,82	57,32	420,98
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
267	Напиток из плодов шиповника	100	0,34	0,14	9,49	40,67
ОБЕД						
31	Салат из свежих огурцов и помидоров	30	0,28	1,63	1,39	20,72
129	Рассольник ленинградский со сметаной	150	1,65	3,77	11,55	100,72
81	Фрикадельки "Петушок"	50	8,74	5,64	14,79	132,93
228	Капуста тушеная	110	2,53	3,55	13,39	103,66
160Т	Напиток из сока	150	0,16	0,03	9,29	36,63
ткк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
ткк	Хлеб ржаной	40	2,48	0,42	15,18	70,69
Итого за прием		550	17,26	15,18	75,01	510,13
ПОЛДНИК						
98	Макароны отварные с сыром	130	7,78	7,55	26,46	212,61
154	Компот из изюма	150	0,32	0,00	18,60	71,00
ткк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		300	9,53	7,69	54,49	328,40
Итого завтрак, обед, полдник:			37,88	42,82	196,31	1 300,18

ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 167 руб. 00 коп.

Заведующая производством:

Ответственная по питанию:

Киселева И. И.

В.П. Долгорукова



Согласовано:
Директор МБОУ "Ягульская СОШ"
Ларионова И.С.

МЕНЮ

на 17 10 2024г.

День: четвертый Неделя: первая

Комплекс для детей 3-7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
ЗАВТРАК						
128	Каша пшеничная молочная	200	9,00	16,20	14,60	215,12
630	Чай с молоком или сливками	180	1,39	1,42	10,21	57,12
ттк	Джем (повидло)	10	0,04	0,00	6,01	22,90
ттк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
Итого за прием		410	11,97	18,22	41,48	349,04
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ттк	Яблоко/печеное яблоко	100	0,40	0,40	11,60	48,68
ОБЕД						
39	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	180	1,41	4,38	9,86	85,84
76	Котлета "Загадка"	70	11,74	7,27	7,33	163,21
468	Гороховое пюре	130	7,41	9,30	58,84	257,30
253	Компот из кураги	180	0,88	0,05	19,50	73,60
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		620	25,35	21,56	120,14	695,42
ПОЛДНИК						
161	Суп молочный с макаронными изделиями	150	6,08	11,39	14,12	171,00
309	Печенье (порционно)	25	1,60	4,20	17,13	112,75
ттк	Компот из черноплодной рябины	180	0,00	0,00	8,80	33,50
ттк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		375	9,11	15,73	49,47	362,03
Итого завтрак, обед, полдник:			46,83	55,92	222,69	1 455,18

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

Заведующая производством:

Ответственная по питанию:

Киселева И. С.
В. Л. Александрова



Согласовано:
Директор МБОУ "Ягульская СОШ"
Ларионова И.С.

МЕНЮ

на 18 10 2024г.

День: пятый Неделя: первая

Комплекс для детей 3-7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
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:

Исмаева И.
В.Р. Волковува Волков



Согласовано:

Директор МБОУ "Среднепостольская СОШ"

Казанцева Светлана Рафисовна

МЕНЮ

на 17 10 2024г.

День: четвертый Неделя: первая

Комплекс для детей до 3-х лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
ЗАВТРАК						
128	Каша пшеничная молочная	150	6,75	12,15	10,95	161,34
630	Чай с молоком или сливками	180	1,39	1,42	10,21	57,12
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		360	9,72	14,17	37,83	295,27
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
тгк	Яблоко/печеное яблоко	100	0,40	0,40	11,60	48,68
ОБЕД						
39	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	150	1,18	3,65	8,21	71,50
76	Котлета "Загадка"	50	8,39	5,19	5,24	116,58
468	Гороховое пюре	110	6,27	7,87	49,79	217,72
253	Компот из кураги	150	0,73	0,04	16,25	61,33
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		520	20,48	17,32	104,10	582,60
ПОЛДНИК						
161	Суп молочный с макаронными изделиями	130	5,27	9,87	12,23	148,20
309	Печенье (порционно)	25	1,60	4,20	17,13	112,75
тгк	Компот из черноплодной рябины	150	0,00	0,00	7,33	27,92
тгк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		325	8,30	14,21	46,12	333,65
Итого завтрак, обед, полдник:			38,89	46,10	199,64	1 260,20

ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 167 руб. 00 коп.

Заведующая производством:

Ответственная по питанию:

Киселева С.И.

В.Г. Фоморкина



Согласовано:

Директор МБОУ "Ягульская СОШ"
Ларионова И.С.

МЕНЮ

на 14 10 2024г.

День: первый 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						
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:

Киселева С.В.
В.Г. Волосюкова Волос



Согласовано:

Директор МБОУ "Среднепостольская СОШ"

Казанцева Светлана Рафисовна

МЕНЮ

на 18 10 2024г.

День: пятый Неделя: первая

Комплекс для детей до 3-х лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
ЗАВТРАК						
257	Каша пшеничная молочная со с/м	150	6,68	11,54	29,10	279,08
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		358	10,54	14,32	52,42	411,08
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
335/2	Напиток из свежих ягод	100	0,10	0,04	10,29	52,00
ОБЕД						
17	Салат из квашеной капусты	30	0,44	1,34	2,76	24,26
151/1	Суп-лапша	150	1,42	2,92	25,92	107,00
394	Жаркое по-домашнему	160	12,72	10,39	26,37	266,16
153	Компот из сухофруктов	150	0,16	0,01	10,07	38,44
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		550	18,65	15,22	89,72	551,32
ПОЛДНИК						
131	Омлет натуральный с маслом	140	12,57	18,61	30,13	258,38
157	Напиток апельсиновый	150	0,14	0,03	11,77	45,57
тк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		310	14,14	18,77	51,32	348,74
Итого завтрак, обед, полдник:			43,43	48,36	203,75	1 363,14

ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 167 руб. 00 коп.

Заведующая производством:

Ответственная по питанию:

Киселева И. А.
В. Г. Домогурова