



Согласовано:

Директор МБОУ "Якшурская СОШ"  
Красноперова Марина Николаевна

# МЕНЮ

на 03 февраля 2025г.

День: первый Неделя: вторая

## Комплекс для детей до 3-х лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
130-08	Каша рисовая молочная вязкая	150	6,93	9,26	35,61	273,84
149	Какао с молоком	180	2,97	0,96	13,22	63,41
тк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
<b>Итого за прием</b>		<b>350</b>	<b>11,44</b>	<b>10,82</b>	<b>59,49</b>	<b>391,16</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
647	Напиток из свежих ягод	100	0,06	0,02	7,61	29,83
<b>ОБЕД</b>						
19	Салат из квашеной капусты с морковью	30	0,43	2,66	2,01	33,13
тк	Суп полевой с курицей (кур.филе)	150	3,55	5,82	13,49	119,23
204	Фрикадельки из птицы	50	7,21	3,47	5,09	82,00
468	Гороховое пюре	110	3,70	5,33	20,45	127,45
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
тк	Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	11,38	53,01
<b>Итого за прием</b>		<b>570</b>	<b>18,56</b>	<b>17,74</b>	<b>84,18</b>	<b>544,80</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
190	Биточки паровые в сметанном соусе (гов,свин)	75	8,38	10,44	5,97	151,33
106-13	Каша гречневая вязкая	110	3,52	3,56	18,48	107,25
28В	Чай с соком	180	0,29	0,06	14,90	58,49
тк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
<b>Итого за прием</b>		<b>385</b>	<b>13,62</b>	<b>14,20</b>	<b>48,78</b>	<b>361,86</b>
<b>Итого завтрак, обед, полдник:</b>			<b>43,68</b>	<b>42,79</b>	<b>200,05</b>	<b>1 327,64</b>

**ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 185 руб. 00 коп.**

Заведующая производством:

*Лаш*

/ Лошкарева О.С.

Ответственная по питанию:

*В*

/ Соколова В.А.



Согласовано:  
Директор МБОУ "Якшурская СОШ"  
Красноперова Марина Николаевна

на 03 февраля 2025г.

День: первый Неделя: вторая

### Комплекс для детей 3-7 лет

№ реп.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
130-08	Каша рисовая молочная вязкая	180	8,32	11,11	42,73	328,61
149	Какао с молоком	200	3,30	1,06	14,69	70,46
ткк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
<b>Итого за прием</b>		<b>400</b>	<b>13,16</b>	<b>12,77</b>	<b>68,08</b>	<b>452,97</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
647	Напиток из свежих ягод	100	0,06	0,02	7,61	29,83
<b>ОБЕД</b>						
19	Салат из квашеной капусты с морковью	50	0,71	4,44	3,35	55,21
ткк	Суп полевой с курицей (кур.филе)	180	4,25	6,99	16,19	143,07
204	Фрикадельки из птицы (кур)	70	10,09	4,86	7,13	114,80
468	Гороховое пюре	130	4,38	6,30	24,17	150,62
154	Компот из изюма	180	0,38	0,00	22,32	85,20
ткк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
ткк	Хлеб ржаной	40	2,48	0,42	15,18	70,69
<b>Итого за прием</b>		<b>670</b>	<b>23,72</b>	<b>23,15</b>	<b>97,77</b>	<b>664,37</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
190	Биточки паровые в сметанном соусе (гов,свин)	75	8,38	10,44	5,97	151,33
106-13	Каша гречневая вязкая	110	3,52	3,56	18,48	107,25
28В	Чай с соком	180	0,29	0,06	14,90	58,49
ткк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
<b>Итого за прием</b>		<b>385</b>	<b>13,62</b>	<b>14,20</b>	<b>48,78</b>	<b>361,86</b>
<b>Итого завтрак, обед, полдник:</b>			<b>50,56</b>	<b>50,14</b>	<b>222,24</b>	<b>1 509,03</b>

**ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 205 руб. 00 коп.**

Заведующая производством:

/ Лошкарева О.С.

Ответственная по питанию:

/ Соколова В.А.