



Согласовано:

Директор МБОУ "Якшурская СОШ"  
Красноперова Марина Николаевна

на 06 февраля 2025г.

День: четвертый 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>						
131	Омлет натуральный с маслом	150	13,54	19,24	19,93	295,05
628	Чай с сахаром	180	0,16	0,04	8,29	32,29
тгк	Джем (повидло)	10	0,04	0,00	6,01	22,90
тгк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
<b>Итого за день</b>		<b>360</b>	<b>15,28</b>	<b>19,88</b>	<b>44,89</b>	<b>404,15</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
645	Кефир	100	2,73	2,82	3,64	52,78
<b>ОБЕД</b>						
44	Агырчи шыд	150	1,33	3,28	8,48	82,21
179В	Котлета "Донская" (кур)	50	7,79	4,55	5,74	108,71
106-13	Каша пшеничная вязкая	110	3,58	2,45	22,86	124,30
253	Компот из кураги	180	0,88	0,05	19,48	73,61
тгк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
тгк	Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	11,38	53,01
<b>Итого за прием</b>		<b>540</b>	<b>16,86</b>	<b>10,79</b>	<b>77,36</b>	<b>486,63</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
16	Салат "Сезонный"	30	0,32	1,34	1,35	17,96
283/1	Ватрушка с творогом	70	8,11	7,77	34,09	225,67
28В	Чай с соком	180	0,29	0,06	14,90	58,49
тгк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
<b>Итого за прием</b>		<b>300</b>	<b>10,15</b>	<b>9,31</b>	<b>59,77</b>	<b>346,91</b>
<b>Итого завтрак, обед, полдник:</b>			<b>45,02</b>	<b>42,80</b>	<b>185,66</b>	<b>1 290,46</b>

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

Заведующая производством:

Маш / Лошкарева О.С.

Ответственная по питанию:

В / Соколова В.А.



Согласовано:

Директор МБОУ "Якшурская СОШ"  
Красноперова Марина Николаевна

# МЕНЮ

на 06 февраля 2025г.

День: четвертый 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>						
131	Омлет натуральный с маслом	160	14,44	20,52	21,25	314,72
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88
тгк	Джем (повидло)	20	0,08	0,00	12,01	45,80
тгк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
<b>Итого за день</b>		<b>400</b>	<b>16,24</b>	<b>21,16</b>	<b>53,13</b>	<b>450,30</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
645	Кефир	100	2,73	2,82	3,64	52,78
<b>ОБЕД</b>						
44	Агырчи шьд	180	1,59	3,93	10,17	98,65
179В	Котлета "Донская" (кур)	70	10,90	6,37	8,03	152,20
106-13	Каша пшеничная вязкая	130	4,23	2,90	27,02	146,90
253	Компот из кураги	180	0,88	0,05	19,48	73,61
тгк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
тгк	Хлеб ржаной	40	2,48	0,42	15,18	70,69
<b>Итого за прием</b>		<b>620</b>	<b>21,51</b>	<b>13,81</b>	<b>89,31</b>	<b>586,82</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
16	Салат "Сезонный"	50	0,53	2,24	2,26	29,93
283/1	Ватрушка с творогом	70	8,11	7,77	34,09	225,67
28В	Чай с соком	200	0,32	0,07	16,56	64,99
тгк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
<b>Итого за прием</b>		<b>340</b>	<b>10,39</b>	<b>10,22</b>	<b>62,34</b>	<b>365,38</b>
<b>Итого завтрак, обед, полдник:</b>			<b>50,87</b>	<b>48,01</b>	<b>208,42</b>	<b>1 455,29</b>

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

Заведующая производством:

Лаш / Лошкарева О.С.

Ответственная по питанию:

В / Соколова В.А.