



Согласовано:
Директор МБОУ "Якшурская СОШ"
Красноперова Марина Николаевна

МЕНЮ

на 02 октября 2024г.

День: третий Неделя: первая

Комплекс для детей до 3-х лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	белки,	жиры,	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
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	Макаронны 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:

Маш / Лошкарева О.С.

Ответственная по питанию:

В / Соколова В.А.



Согласовано:
Директор МБОУ "Якшурская СОШ"
Красноперова Марина Николаевна

МЕНЮ

на 02 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	Макароны 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:

Лашкарева

/ Лошкарева О.С.

Ответственная по питанию:

Соколова

/ Соколова В.А.