



Согласовано:
Директор МБОУ "Якшурская СОШ"
Красноперова Марина Николаевна

МЕНЮ

на 03 октября 2024г.

День: четвертый Неделя: первая

Комплекс для детей до 3-х лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	белки,	жиры,	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
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
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	9,72	14,17	37,83	295,27
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ттк	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
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	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
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
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:

Маш / Лошкарева О.С.

Ответственная по питанию:

В / Соколова В.А.



Согласовано:

Директор МБОУ "Якшурская СОШ"
Красноперова Марина Николаевна

МЕНЮ

на 03 октября 2024г.

День: четвертый 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						
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:

/ Лошкарева О.С.

Ответственная по питанию:

/ Соколова В.А.