



Согласовано:

Директор МБОУ "Якшурская СОШ"  
Красноперова Марина Николаевна

# МЕНЮ

на 04 октября 2024г.

День: пятый Неделя: первая

## Комплекс для детей до 3-х лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры,	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>ЗАВТРАК</b>						
257	Каша пшенная 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
ткк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
<b>Итого за прием</b>		<b>358</b>	<b>10,54</b>	<b>14,32</b>	<b>52,42</b>	<b>411,08</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
335/2	Напиток из свежих ягод	100	0,10	0,04	10,29	52,00
<b>ОБЕД</b>						
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
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>550</b>	<b>18,65</b>	<b>15,22</b>	<b>89,72</b>	<b>551,32</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
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
ткк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
<b>Итого за прием</b>		<b>310</b>	<b>14,14</b>	<b>18,77</b>	<b>51,32</b>	<b>348,74</b>
<b>Итого завтрак, обед, полдник:</b>			<b>43,43</b>	<b>48,36</b>	<b>203,75</b>	<b>1 363,14</b>

**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 04 октября 2024г.

День: пятый Неделя: первая

## Комплекс для детей 3-7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
<b>ЗАВТРАК</b>						
257	Каша пшенная 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
ткк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
<b>Итого за прием</b>		<b>408</b>	<b>12,76</b>	<b>18,17</b>	<b>62,12</b>	<b>504,11</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>						
335/2	Напиток из свежих ягод	100	0,10	0,04	10,29	52,00
<b>ОБЕД</b>						
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
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>22,44</b>	<b>19,30</b>	<b>105,35</b>	<b>663,12</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
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
ткк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
<b>Итого за прием</b>		<b>340</b>	<b>14,17</b>	<b>18,78</b>	<b>53,68</b>	<b>357,85</b>
<b>Итого завтрак, обед, полдник:</b>			<b>49,47</b>	<b>56,29</b>	<b>231,44</b>	<b>1 577,09</b>

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

Заведующая производством:

 / Лошкарева О.С.

Ответственная по питанию:

 / Соколова В.А.