



Согласовано:

Директор МБОУ "Якшурская СОШ"
Красноперова Марина Николаевна

МЕНЮ

на 22 октября 2024г.

День: второй Неделя: вторая

Комплекс для детей до 3-х лет


№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры,	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
ЗАВТРАК						
161	Суп молочный с макаронными изделиями	150	6,08	11,39	14,12	171,00
628	Чай с сахаром	180	0,16	0,04	8,29	32,29
тк	Джем (повидло)	10	0,04	0,00	6,01	22,90
тк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
Итого за прием		360	7,82	12,03	39,08	280,10
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
335/2	Напиток из свежих ягод	100	0,10	0,04	10,29	52,00
ОБЕД						
14	Салат "Сезонный" из свежих овощей	30	0,35	2,96	2,93	38,62
47	Суп гороховый	150	5,45	5,57	15,97	150,05
162	Гуляш из рыбы (минтай) в сметанном соусе	60	9,09	7,96	10,30	122,35
92	Пюре картофельное	110	2,29	4,03	15,79	107,56
153	Компот из сухофруктов	150	0,16	0,01	10,07	38,44
тк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
тк	Хлеб ржаной	40	2,48	0,42	15,18	70,69
Итого за прием		560	21,25	21,09	79,66	572,49
ПОЛДНИК						
тк	Яблоко/печеное яблоко	100	0,4	0,4	11,6	48,68
293	Булочка "Веснушка"	75	9,02	12,29	37,20	276,60
253	Компот из кураги	150	0,73	0,04	16,25	61,33
Итого за прием		325	10,15	12,73	65,05	386,61
Итого завтрак, обед, полдник:			39,32	45,90	194,08	1 291,20

ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 167 руб. 00 коп.

Заведующая производством:

 / Лошкарева О.С.

Ответственная по питанию:

 / Соколова В.А.



Согласовано:

Директор МБОУ "Якшурская СОШ"
Красноперова Марина Николаевна

МЕНЮ

на 22 октября 2024г.

День: второй Неделя: вторая

Комплекс для детей 3-7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
ЗАВТРАК						
161	Суп молочный с макаронными изделиями	200	8,10	15,19	18,82	228,00
628	Чай с сахаром	180	0,16	0,04	8,29	32,29
ткк	Джем (повидло)	10	0,04	0,00	6,01	22,90
ткк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
Итого за прием		410	9,84	15,83	43,78	337,10
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
335/2	Напиток из свежих ягод	100	0,10	0,04	10,29	52,00
ОБЕД						
14	Салат "Сезонный" из свежих овощей	50	0,58	4,94	4,89	64,37
47	Суп гороховый	180	6,54	6,68	21,56	180,06
162	Минтай (филе), запеченный в сметанном соусе	70	10,61	9,29	12,01	142,74
92	Пюре картофельное	130	2,68	4,76	18,65	127,12
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
Итого за прием		670	24,50	26,24	93,80	675,88
ПОЛДНИК						
ткк	Яблоко/печеное яблоко	100	0,4	0,4	11,6	48,68
293	Булочка "Веснушка"	75	9,02	12,29	37,20	276,60
253	Компот из кураги	180	0,88	0,05	19,50	73,60
Итого за прием		355	10,30	12,74	68,30	398,88
Итого завтрак, обед, полдник:			44,74	54,84	216,17	1 463,86

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

Заведующая производством:

Маша / Лошкарева О.С.

Ответственная по питанию:

В / Соколова В.А.