



Согласовано:

Директор МБОУ "Якшурская СОШ"

Красноперова Марина Николаевна

МЕНЮ

на 23 октября 2024г.


День: третий Неделя: вторая

Комплекс для детей до 3-х лет


№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры,	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
ЗАВТРАК						
119	Каша "Дружба"	150	4,75	10,90	28,59	185,85
148	Кофейный напиток на молоке	180	2,49	0,51	14,12	63,04
6	Сыр (порциями)	8	2,10	2,13	0,00	28,05
тк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
Итого за прием		358	10,88	14,14	53,37	330,84
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
267	Напиток из плодов шиповника	100	0,34	0,14	9,49	40,67
ОБЕД						
8	Винегрет овощной	30	0,41	1,82	3,11	29,57
60	Уха со взбитым яйцом	150	3,82	2,08	7,95	90,00
444	Куры (филе), тушенные в соусе	60	6,01	7,33	8,70	118,89
106	Каша пшеничная вязкая	110	6,10	2,81	23,53	129,37
154	Компот из изюма	150	0,32	0,00	18,60	71,00
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	20,56	14,60	86,50	554,31
ПОЛДНИК						
149	Запеканка из творога	120	12,60	15,62	33,47	355,16
тк	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	63,48
157	Напиток апельсиновый	150	0,14	0,03	11,77	45,57
тк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		310	15,61	17,49	65,76	509,00
Итого завтрак, обед, полдник:			47,39	46,37	215,12	1 434,82

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 23 октября 2024г.

День: третий Неделя: вторая

Комплекс для детей 3-7 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
ЗАВТРАК						
119	Каша "Дружба"	200	6,33	14,53	38,12	247,80
148	Кофейный напиток на молоке	180	2,49	0,51	14,12	63,04
6	Сыр (порциями)	8	2,10	2,13	0,00	28,05
тк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
Итого за прием		408	12,47	17,77	62,90	392,79
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
267	Напиток из плодов шиповника	100	0,34	0,14	9,49	40,67
ОБЕД						
8	Винегрет овощной	50	0,68	3,04	5,18	49,28
60	Уха со взбитым яйцом	180	4,58	2,50	9,54	109,00
444	Куры (филе), тушеные в соусе	80	8,02	9,77	11,60	158,52
106	Каша пшеничная вязкая	130	7,21	3,32	27,80	152,90
154	Компот из изюма	180	0,38	0,00	22,32	85,20
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		680	24,78	19,19	101,06	670,37
ПОЛДНИК						
149	Запеканка из творога	120	12,60	15,62	33,47	355,16
тк	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	63,48
157	Напиток апельсиновый	180	0,17	0,03	14,12	54,68
тк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		340	15,64	17,49	68,12	518,11
Итого завтрак, обед, полдник:			53,22	54,59	241,57	1 621,94

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

Заведующая производством:

 / _Лошкарева О.С._

Ответственная по питанию:

 / _Соколова В.А._