



Согласовано:

Директор МБОУ "Якшурская СОШ"

Красноперова Марина Николаевна

МЕНЮ

на 24 октября 2024г.

День: четвертый Неделя: вторая

Комплекс для детей до 3-х лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры,	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
ЗАВТРАК						
129	Каша овсяная "Геркулес"молочная	150	7,36	11,21	30,44	247,34
630	Чай с молоком или сливками	180	1,39	1,42	10,21	57,12
5	Масло сливочное	8	0,00	6,93	0,00	62,34
тк	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90
Итого за день		358	10,29	20,16	51,31	420,71
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
156	Напиток лимонный	100	0,09	0,01	12,10	46,50
ОБЕД						
34	Салат из отварной свеклы с раст/маслом	30	0,42	1,79	2,73	27,04
56	Суп из овощей	150	1,24	3,50	14,68	65,22
611	Котлеты домашние	50	7,66	5,35	12,04	139,59
97	Макаронные изделия отварные с маслом	110	3,78	2,40	23,07	146,71
тк	Компот из черноплодной рябины	150	0,00	0,00	7,33	27,92
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		550	17,01	13,60	84,46	521,94
ПОЛДНИК						
131	Омлет натуральный с маслом	130	11,67	17,28	27,98	239,93
160Т	Напиток из сока	150	0,16	0,03	9,29	36,63
тк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		300	13,27	17,45	46,70	321,34
Итого завтрак, обед, полдник:			40,65	51,22	194,57	1 310,48

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 24 октября 2024г.

День: четвертый Неделя: вторая

Комплекс для детей 3-7 лет

№ реп.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
ЗАВТРАК						
129	Каша овсяная "Геркулес"молочная	200	9,81	14,95	40,59	329,79
630	Чай с молоком или сливками	180	1,39	1,42	10,21	57,12
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 день		408	12,74	23,90	61,45	503,16
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
156	Напиток лимонный	100	0,09	0,01	12,10	46,50
ОБЕД						
34	Салат из отварной свеклы с раст/маслом	50	0,70	2,98	4,54	45,06
56	Суп из овощей	180	1,48	4,43	17,62	78,26
611	Котлеты домашние	70	10,73	7,49	16,86	195,42
97	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,47	5,20	27,27	173,38
ткк	Компот из черноплодной рябины	180	0,00	0,00	8,80	33,50
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	21,29	20,66	99,70	641,09
ПОЛДНИК						
131	Омлет натуральный с маслом	140	12,57	18,61	30,13	258,38
160Т	Напиток из сока	180	0,22	0,04	12,39	48,84
ткк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		340	14,22	18,78	51,95	352,01
Итого завтрак, обед, полдник:			48,34	63,35	225,20	1 542,76

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

Заведующая производством:

/ Лошкарева О.С.

Ответственная по питанию:

/ Соколова В.А.