



Согласовано:

Директор МБОУ "Якшурская СОШ"
Красноперова Марина Николаевна

МЕНЮ

на 30 сентября 2024г.

День: первый Неделя: первая

Комплекс для детей до 3-х лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры,	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			все	все		
ЗАВТРАК						
129	Каша овсяная "Геркулес"молочная	150	7,36	11,21	30,44	247,34
149	Какао с молоком	180	2,97	0,95	13,22	63,41
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		360	11,91	12,76	60,33	387,55
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ткк	Яблоко/печеное яблоко	100	0,40	0,40	11,60	48,68
ОБЕД						
46	Суп картофельный с макаронными	150	1,60	1,56	12,20	68,23
181	Котлеты, биточки, шницели	50	7,01	9,05	11,66	161,04
106	Каша гречневая вязкая	110	3,52	3,56	15,38	107,25
ткк	Компот из черноплодной рябины	150	0,00	0,00	7,33	27,92
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		520	16,04	14,73	71,18	479,90
ПОЛДНИК						
149	Запеканка из творога	110	11,55	14,32	30,68	325,57
ткк	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	63,48
253	Компот из кураги	150	0,73	0,04	16,25	61,33
ткк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		300	15,15	16,20	67,46	495,16
Итого завтрак, обед, полдник:			43,50	44,10	210,57	1 411,30

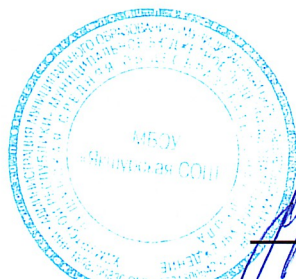
ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 167 руб. 00 коп.

Заведующая производством:

Лашкарева / Лошкарева О.С.

Ответственная по питанию:

Соколова / Соколова В.А.



Согласовано:

Директор МБОУ "Якшурская СОШ"
Красноперова Марина Николаевна

МЕНЮ

на 30 сентября 2024г.

День: первый Неделя: первая

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
149	Какао с молоком	180	2,97	0,95	13,22	63,41
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	14,36	16,50	70,48	470,01
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ткк	Яблоко/печеное яблоко	100	0,40	0,40	11,60	48,68
ОБЕД						
46	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,92	1,87	14,64	81,87
181	Котлеты, биточки, шницели	70	10,66	12,67	18,57	225,45
106	Каша гречневая вязкая	130	4,16	4,21	18,17	126,75
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		620	20,65	19,31	84,79	583,04
ПОЛДНИК						
149	Запеканка из творога	110	11,55	14,32	30,68	325,57
ткк	Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	95,22
253	Компот из кураги	180	0,88	0,05	19,50	73,60
ткк	Хлеб пшеничный	20	1,43	0,14	9,43	44,78
Итого за прием		340	16,02	17,06	76,26	539,17
Итого завтрак, обед, полдник:			51,43	53,27	243,13	1 640,90

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

Заведующая производством:

/ Лошкарева О.С.

Ответственная по питанию:

/ Соколова В.А.