

Утверждаю
Директор МКОУ
«Старосалянская СОШ»
Бочкарев В.Л./

Меню – требование

День: 6 Неделя: 2

Сезон: Весна Дата: 12.05.25

Возрастная категория: 3-4 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Яйцо отб-ое Макароны отварные с сыром Чай сладкий Хлеб пш.	20 100 180 30	2,55 9,91 0,06 2,25	2,30 10,68 0,02 0,87	0,15 24,22 9,99 15,42	31,5 232,63 40,38 78,51	12 26
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат из свеклы отб. Фруктовый салат со сметаной Каша овсяная Пассырта Пюре картофельное с кар. п. Пюре из картофеля Хлеб пш.	40 130 200 80 180 40	0,57 1,65 6,84 9,84 0,4 3,17	2,44 0,96 1,92 8,02 0,018 0,53	3,34 8,25 30,91 7,16 24,98 21,07	38,00 44,64 195,00 139,13 101,68 101,71	34 66 20 25 25
4	ПОЛДНИК Сироток с творогом Молоко	55 180	1,44 5,5	3,45 4,9	8,4 9,07	70,00 102,00	30 26

Меню составил: Лесота Итого: _____ Дата составления меню: 11.05.25



День: 7 Неделя: 2
Возрастная категория: 3-7 лет

Меню – требование

Сезон: Весна-лето

Дата: 13.05.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецепта
1	ЗАВТРАК Каша перловая медовая с яблоками	150	4,56	5,18	26,08	169,22	1
	Бутерброд с яблоком	10/30	1,85	5,66	10,97	102,20	1
	Творог с яблоком	180	3,67	3,19	15,82	106,67	2
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат из св/огурцов	40	0,30	2,40	0,84	27,00	2
	Суп с брокколи со смет.	200	1,87	3,11	10,89	79,03	3
	Пюре картофельное	120	3,67	5,76	24,53	164,56	2
	Рыба, филе с овощами	80	7,80	3,57	3,04	75,49	1
	Компот из св/фр	180	0,4	0,018	24,98	101,68	2
	Хлеб рт-п.	15	1,19	0,15	7,25	35	
	Хлеб пш.	30	1,98	0,36	14,04	32	
4	ПОЛДНИК						
	Пудинг из творога	80	12,11	8,61	19,46	203,78	1
	Чай с яблоком	180	0,12	0,02	10,20	41,46	26

Меню составил: Лесова

Итого:

Дата составления меню: 12.05.25



День: 8 Неделя: 2
Возрастная категория: 3-7

Меню – требование

Сезон: Весна-лето

Дата: 14.05.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецепта
1	ЗАВТРАК Каша ячневая вязкая с яблоком и маслом	150	3,52	4,32	22,66	143,58	106
	Бутерброд с сыром	16/30					
	Творог с яблоком	180	3,67	3,19	15,82	106,67	26
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат из св/кисл. и свр.	40	0,38	2,42	1,60	28,20	31
	Анжурсовый со сметаной	200	4,20	2,40	11,40	84,00	59
	Макароны отб-е	100	6,82	5,23	32,7	205	124
	Пюре картофельное	80	7,80	4,35	28,30	183,55	207
	Чай с яблоком	180	0,12	0,02	10,20	41,46	26
	Хлеб рт-пш.	40	3,17	0,53	21,07	101,71	
4	ПОЛДНИК						
	Творожок с повидлом	75	4,10	2,20	38,20	185,50	
	Яблоко	180	5,48	4,88	9,07	102,12	

Меню составил: Лесова

Итого:

Дата составления меню: 13.05.25

Утверждаю
 Директор МКОУ
 «Старосалянская СОШ»
 Бочкарев В.Л./



Меню – требование

День: 9 Неделя: 2
 Возрастная категория: 3-4 класс

Сезон: Весна-лето Дата: 15.05.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
1	ЗАВТРАК Каша овсяная, Терпунин с шоколадом и медом.	150	3.04	5.34	15.23	121.18
	Бутерброд с колбасой	16/30	2.48	3.93	24.56	155.54
	Пшеничные макароны	180	2.85	2.41	14.36	80.53
2	II ЗАВТРАК Сол					
3	ОБЕД Салат из свежих овощей, Картофель со сметаной	40	0.42	2.80	1.37	29.12
	Пюре из бобовых с мясом	200	1.64	4.00	11.28	87.68
	Пшеничные макароны	120	13.64	6.86	35.03	256.34
	Пшеничные макароны	80	11.78	12.91	14.20	222.91
	Квас из зерновой муки	180	0.4	0.018	24.98	101.68
	Чай с сахаром	40	3.17	0.53	21.04	101.71
4	ПОЛДНИК					
	Омлет картофельный	80	7.21	10.01	1.79	126.07
	Макароны с сыром	180	0.61	0.25	18.67	79.37

Меню составил: Лесова Итого: _____ Дата составления меню: 14.05.25

Утверждаю
Директор МКОУ
«Старосельская СОШ»

Бочкарев В.Л.

Меню – требование

День: 10 Неделя: 2

Сезон: Весна Дата: 16.05.25

Возрастная категория: 3-7 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепта
1	ЗАВТРАК Суп овощной с вермишелью	150	4,32	9,92	14,13		108,04	6
	Бутерброд с колбасой	16/30	2,48	3,93	27,56		155,54	2
	Чай сладкий	180	0,06	0,02	9,99		40,38	26
2	II ЗАВТРАК							
3	ОБЕД Салат «Рассольное»	40	2,30	5,80	2,30		71,62	4
	Суп картофельный с рыбой							
	Желе фруктовое	200	4,48	2,42	12,54		89,86	6
	Компот из фруктов	80	7,07	4,54	10,02		108,26	19
	Каша пшенная	120	5,28	4,58	30,30		183,00	26
	Компот из сухофруктов	180	0,40	0,018	24,88		101,68	25
	Чай с сахаром	40	3,17	0,53	21,07		101,71	
4	ПОЛДНИК							
	Сырники из творога	100	18,69	12,67	11,40		234,00	19
	Чай с сахаром	180	2,67	2,34	14,31		88,98	26

Меню составил: Лесова Итого: _____ Дата составления меню: 15.05.25