



Меню – требование

День: 2 Неделя: 1
 Возрастная категория: 3-7 лет

Сезон: осень-зима

Дата: 19.11.24

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Каша пшеничная с сливочным и маслом Бутерброд с маслом Творог с сливочным	150	3,45	4,56	20	135,00	111
		10/30	2,45	7,55	14,62	136,27	1
		180	3,67	3,19	15,82	106,67	266
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат из св/капусты с ябл. Суп с брокколи и морковью Творожная запеканка Сырники картофельные Сырники из творога Творожная запеканка из сметаны/дрожжей Чай с сахаром	40	0,49	2,04	4,47	36,04	17
		200	2,16	2,26	13,42	83,80	64
		100	2,44	3,84	16,35	110,40	216
		80	2,61	7,32	3,29	129,00	171
		180	0,40	0,018	24,98	106,68	253
		40	3,17	0,53	21,042	101,71	
4	ПОЛДНИК Творог из творога с ябл. Чай с сахаром	100	6,82	6,03	7,37	111,00	148
		180	0,12	0,02	10,20	41,46	262

Меню составил: Медведева Итого: 118-43 Дата составления меню: 19.11.24



Меню – требование

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

Сезон: осень-зима Дата: 19.11.24

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			2,55	2,30	0,15		
	<i>Обед отб-ое</i>	20	2,55	2,30	0,15	31,5	130
1	ЗАВТРАК <i>Каша овсяная перловая с яблоком</i>	150	2,40	2,81	16,05	108,09	111
	<i>Чай с сахаром</i>	180	0,06	0,02	9,99	40,38	261
	<i>Булочка с сахаром</i>	10/30	2,46	2,55	14,62	136,24	1
2	II ЗАВТРАК <i>Яблоко</i>	100	0,40	0,40	9,8	44,4	248
3	ОБЕД <i>Салат из свежих отб-ое</i>	40	0,57	2,44	3,34	38,00	39
	<i>Суп с картофелем</i>	200	2,00	2,24	13,60	82,60	62
	<i>Рис с овощами</i>	100	2,23	4,04	10,16	86,64	84
	<i>Булочка с сахаром</i>	80	2,64	2,14	13,46	223,00	203
	<i>Компот из сухофрукт.</i>	180	0,40	0,018	24,98	101,68	253
	<i>Хлеб рж б-ней.</i>	40	3,14	0,53	21,042	101,41	
4	ПОЛДНИК						
	<i>Блишечки с сахаром</i>	55	4,03	2,93	24,53	140,18	273
	<i>Чай с сахаром</i>	180	2,67	2,34	14,31	88,98	263

Меню составил: Аксёва Итого: 78-31 Дата составления меню: 8.11.24

Утверждаю

Директор МКОУ

«Старосалдинская СОШ»

/Бочкарев В.Л./

Меню – требование

День: 3

Неделя: 1

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 3-7 лет

Дата: 13.11.24

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Каша овсяная "Геркулес" с яблоками и сухофруктами	150	3,09	5,34	15,23	136,33	111
	Бутерброд с говядиной	16/30	2,48	3,83	24,56	155,54	2
	Пудинг банановый	180	2,85	2,48	14,36	80,53	264
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Суп с говяжьими фрикадельками	40	0,54	2,44	3,34	34,92	8
	Пюре картофельное	200	1,60	1,92	11,84	42,00	45
	Салат из бобовых	100	13,64	6,86	35,03	256,34	120
	Котлеты рыбные	80	11,48	12,91	14,50	222,51	187
	Котлеты из свинины/говядины	180	0,40	0,08	24,88	101,68	253
	Хлеб рж.-пш.	40	3,14	0,53	21,092	101,41	
4	ПОЛДНИК						
	Омлет с овощами	100	7,21	10,01	1,48	126,07	131
	Сметанка	150	4,35	3,75	6,00	75,00	240

Меню составил: Сесота

Итого: 111-31

Дата составления меню: 12.11.24

Утверждаю

Директор МКОУ

«Старосалбинская СОШ»

Бочкарев В.Л./

Меню – требование

День: 9 Неделя: 9

Сезон: осень, зима

Дата: 14.11.24

Возрастная категория: 3-7 лет



№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			б/ж	б/ж	к/б/ж		
1	ЗАВТРАК Каша гречневая с	150	4,8	4,86	20,84	146,25	106
	соевое молоко и сливками						
	Булочка с маслом	16/30	4,43	6,88	14,56	138	3
	Творог с соевым	180	3,67	3,19	15,82	106,64	266
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат «Россоло»	40	2,30	5,80	2,30	71,62	94
	Борщ с картофелем						
	со сметаной	200	1,64	4,00	11,30	88,00	53
	Макароны отварные	100	4,54	3,48	21,80	137	124
	Пюре картофельное	80	15,51	12,43	0,20	184,00	178
	Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20	41,46	262
	Кефир 1%-ный	40	3,17	0,53	21,72	101,71	
4	ПОЛДНИК						
	Пирожки с яблоком	55	1,44	3,45	8,40	40,00	301
	Напиток из соевых	180	0,61	0,25	79,00	79,00	264

Меню составил: Асотова Итого: 112-51 Дата составления меню: 13.11.24



Меню – требование

День: 5 Неделя: 1
 Возрастная категория: 3-7 лет

Сезон: осень-зима

Дата: 15.11.24

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Суп овощной с едой	180	4,32	3,92	14,13	108,04	68
	Каша манная						
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,98	40,38	269
	Бутерброд с едой	10/30	2,45	2,55	14,62	136,27	1
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат из св/моркови	40	11,93	2,07	2,5	33,44	12
	Суп с рыбными фрикадельками	200	3,36	1,8	9,4	67,40	67/75
	Картофель отварной	100	2,05	3,96	16,12	108,00	76
	Пюре картофельное «Уралочка»	80	7,07	4,54	10,0267	109,26	199
	Пюре картофельное из суп/гор.	180	0,40	0,098	24,98	101,68	253
	Хлеб пшеничный	40	3,17	0,53	21,072	101,71	
4	ПОЛДНИК						
	Сырники из творога	100	18,69	12,67	11,40	239,00	142
	Чай с сахаром	180	2,67	2,34	14,31	88,98	263

Меню составил: Светлана Итого: 123-40 Дата составления меню: 14.11.24