

Утверждаю
Директор МКОУ
«Старосальбинская СОШ»
Вонкарев В.Л./

Меню – требование

День: 1 Неделя: 1

Возрастная категория: 3-7 лет

Сезон: Весна-лето

Дата: 28.04.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Каша пшеничная вязкая с яблоками и бананом	150	4,11	1,25	25,20	153,90	106
	Бутерброд с маслом	10/30	1,85	5,66	10,94	102,20	1
	Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20	41,46	262
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат «Морской»	40	0,43	3,99	3,50	52,00	15
	Пюре картофельное с маслом	200	0,34	0,82	2,65	19,35	60
	Плов из курицы	165	21,47	19,69	35,69	406	100
	Компот из яблок	180	0,4	0,02	20,82	84,74	253
	Кефир 1%	15	1,19	0,15	4,25	35	
	Кефир 1%	30	1,98	0,36	10,02	52	
4	ПОЛДНИК						
	Булочка «Ванушка»	45	3,90	3,06	26,93	150,86	293
	Чай с сахаром	180	2,67	2,34	14,31	89	263

Меню составил: Лесова Итого: _____ Дата составления меню: 25.04.25

Утверждаю
Директор МКОУ
«Старосальбинская СОШ»
Вонкарев В.Л./

Меню – требование

День: 2 Неделя: 1

Возрастная категория: 3-7 лет

Сезон: Весна-лето

Дата: 28.04.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Каша рисовая вязкая с яблоками и бананом	150	2,48	4,22	25,76	150,94	106
	Бутерброд с сыром	10/30	4,43	6,88	14,56	139	3
	Чай с сахаром	180	3,67	3,19	15,82	106,67	266
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат из огурцов	40	0,30	2,40	0,94	27,00	28
	Пюре картофельное с маслом	200	1,40	3,9	6,48	67,82	56
	Пюре картофельное	130	3,06	4,80	20,4	137,22	216
	Компот из яблок	80	2,80	4,35	28,30	183,55	163
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,018	24,98	101,68	253
	Кефир 1%	40	3,17	0,53	21,07	101,71	
4	ПОЛДНИК						
	Запеканка из творога	80	14,21	9,68	14,70	202,79	148
	Чай с сахаром	180	0,61	0,25	18,67	79,37	267

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

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

Меню – требование

Сезон: Весна-лето

Дата: 30.04.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Каша овсяная перловая с яблоками и бананом	150	2,56	4,06	17,12	115,29	111
	Пудинг из манной крупы	180	2,85	2,41	14,36	90,53	264
	Бутерброд с колбасой	10/30	2,48	3,93	27,56	155,57	2
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат из св/помидор. с яблоком и бананом	40	0,42	2,80	1,37	29,12	30
	Пюре из картофеля	200	2,1	3,35	12,13	87,30	65
	Пюре из картофеля с овощами	200	1,0	8,2	10,8	280	196
	Пюре из св/картоф.	180	0,40	0,08	24,98	101,68	253
	Пюре из св/картоф.	40	3,17	0,53	21,07	101,71	
4	ПОЛДНИК						
	Оладьи	50	4,58	7,33	24,45	183,00	245
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	88,98	263

Меню составил: Месота Итого: _____ Дата составления меню: 29.04.25

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

Меню – требование

Сезон: Весна-лето

Дата: 1.05.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Суп с макаронами и овощами	150	4,32	3,92	17,13	108,04	68
	Бутерброд с колбасой	10/30	2,45	2,55	14,62	136	1
	Чай с сахаром	180	0,1	0,0	9,98	40,09	261
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат из св/помидор. и огурцов	40	0,38	2,42	1,6	28,20	31
	Пюре из картофеля	200	1,46	3,92	10,2	81,92	52
	Пюре из картофеля с овощами	80	8,89	9,28	5,95	143	203
	Пюре из св/картоф.	100	2,44	6,51	25,09	168,83	208
	Пюре из св/картоф.	180	0,33	0,02	20,83	85	253
	Пюре из св/картоф.	40	3,17	0,53	21,07	101,71	
4	ПОЛДНИК						
	Оладьи, зап. с творогом	100	3,99	2,28	22,25	127,00	259
	Молоко	180	5,48	4,88	9,07	102,12	269

Меню составил: Месота Итого: _____ Дата составления меню: 30.04.25

Утверждаю
Директор МКОУ
«Старосальдинская СОШ»
Бондарев В.Л./



Меню – требование

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

Сезон: Весна-лето Дата: 2.05.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Каша "Дружба" с маслом и сахаром Фруктовый салат с сахаром Картофельное пюре	150 10/30 180	4,97 4,73 3,64	6,18 6,88 3,19	22,17 14,56 15,82	164,13 139 106,64	104 3 266	
2	II ЗАВТРАК							
3	ОБЕД Салат из свежих овощей Пюре картофельное с мясом Картофель, тушеное с овощами в соусе Каша из перловки Каша гречневая Каша пшеничная	90 200 200 180 15 30	1,80 4,60 4,52 14,15 1,19 1,98	3,14 3,20 3,40 14,06 0,15 0,36	2,90 9,80 0,0 11,68 4,25 14,04	44,20 86,40 48,68 241,88 35 32	34 63 175 175 	
4	ПОЛДНИК Рыба в духовке Напиток из фруктов	80 180	14,17 0,61	3,86 0,25	2,57 4,9	101,70 49	159 264	

Меню составил: Светлана Итого: _____ Дата составления меню: 1.05.25