



Меню – требование

Сезон: осень-зима

Дата: 18.11.24

День: П Неделя: 2

Возрастная категория: 3-7 лет

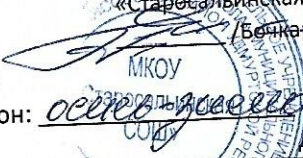
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая стоимость, руб	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<i>Яблоко отб-ое</i>	20	2,55	2,30	0,15		
1	ЗАВТРАК <i>Пашаа пшеничная вязкая с сахаром и медом</i>	150	4,11	4,29	25,20	154,00	111
	<i>Пшеничный суп с сахаром</i>	10/30	2,46	2,55	14,62	136,27	1
	<i>Чай с сахаром</i>	180	0,12	0,02	10,20	41,46	262
2	II ЗАВТРАК	40	1,80	3,14	2,90	47,11	37
3	ОБЕД <i>Салат из овощей</i>						
	<i>Пюре картофельное с сметаной</i>	200	1,68	4,10	13,28	96,60	60
	<i>Сметанное пюре</i>	100	4,54	3,48	21,80	137,00	124
	<i>Сметанное пюре</i>	80	13,80	6,50	4	132,00	437
	<i>Суп из овощей</i>	180	0,14	0,14	21,49	86,00	251
	<i>Пюре картофельное из овощей</i>	40	3,17	0,53	21,07	101,71	
4	ПОЛДНИК	50	3,90	3,06	26,93	150,86	293
	<i>Пюре картофельное</i>						

Меню составил: Алексеева

Итого: _____

Дата составления меню: 18.11.24

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



Меню – требование

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

Сезон: осень-зима Дата: 18.11.24

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			БЖУ * (г)	Жиры * (г)	Углеводы * (г)			
1	ЗАВТРАК <i>Паштет куриный тушеный с морковью и сельдереем</i>	150	1,64	3,81	16,9	108,9	111	
		<i>Бутерброд с повидлом</i>	16/30	2,5	3,93	24,56	156	2
		<i>Тост с морковью</i>	180	3,67	3,19	15,82	106,67	264
2	II ЗАВТРАК							
3	ОБЕД <i>салат "Космос"</i>	40	0,55	2,80	3,5	41,70	45	
		<i>салат из свежих овощей со сметаной</i>	200	1,50	3,9	6,8	64,80	56
		<i>шницель картофельный</i>	100	2,44	3,84	16,35	110,40	216
		<i>котлеты рыбные</i>	80	4,80	4,35	28,30	114,00	163
		<i>котлетки из свч/дер.</i>	180	0,40	0,018	24,98	101,68	253
		<i>хлеб рж-пш.</i>	40	3,17	0,53	21,72	101,71	
4	ПОЛДНИК							
		<i>запеканка из творога</i>	65	8,88	6,05	9,19	124,00	149
	<i>Желе из фруктов</i>	180	0,61	0,25	18,67	79,37	267	

Меню составил: Лесова Итого: _____ Дата составления меню: 18.11.24

Утверждаю
 Директор МКОУ
 «Старосальинская СОШ»
 (Бочкарев В.Л./



Меню – требование

День: 3 Неделя: 2

Сезон: осень-зимний Дата: 20.11.24

Возрастная категория: 3-4 класс

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Каша овсяная медовая с яблоками	150	2,40	3,89	16,05	108,09	111
	Булочка с сахаром	16/30	4,43	6,88	14,56	138	3
	Пшеничная каша	180	2,85	2,49	14,36	80,53	264
2	II ЗАВТРАК Сок	200	0,0	0,0	23,85	95,4	268
3	ОБЕД Салат картофельный с мясом	40	7,20	10,90	1,8	133,00	68
	Суп с говяжьими котлетами	200	2,30	2,46	13,46	85,20	64/73
	Салат со свеклой						
	Картофель тушеный	120	2,07	3,24	9,43	75,00	228
	Пюре картофельное	80	9,84	3,02	7,16	139,13	181
	Компот из сухофруктов	180	0,40	0,08	24,98	101,68	253
	Кефир 1% - 1л	40	3,14	0,53	21,72	101,71	
4	ПОЛДНИК						
	Оладьи с повидлом	60/5	4,56	4,06	28,06	332,00	275
	Чай с сахаром	180	2,64	2,34	14,31	88,98	263

Меню составил: Лесота Итого: _____ Дата составления меню: 19.11.24

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



Меню – требование

День: 4 Неделя: 2
 Возрастная категория: 3-7 лет

Сезон: осень-зима Дата: 20.11.24

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Суп овощной с гречневой крупой	150	4,50	4,11	12,81	142	69
		10/30	2,46	7,55	14,62	136,27	1
		180	0,06	0,02	9,99	40,00	269
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат из св/капусты	40	3,60	4,80	3,4	72,20	42
		200	1,46	4	5,03	82,00	52
		165	16,00	14,78	26,46	304,00	200
		180	0,14	0,14	21,48	86,00	251
		20	3,14	0,53	21,72	101,31	
	кисель нек.	30	3,96	0,66	26,34	127,19	
4	ПОЛДНИК						
		55	9,22	5,48	29,18	202,92	283
	Смузи	150	5,48	4,88	9,04	102,12	269

Меню составил: Лесота Итого: _____ Дата составления меню: 20.11.24

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

Меню – требование

День: 5 Неделя: 2

Сезон: осень-зима

Дата: 22.11.24

Возрастная категория: 3-7 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Каша «Дружба» с маслом и сахаром	150	4,66	5,79	20,48	153,84	107
	Бутерброд с сыром	16/30	4,73	6,88	14,56	139	3
	Каша с маслом	180	3,64	3,19	15,82	106,64	266
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат из св/капусты	40	0,56	2,03	3,46	34,00	13
	Суп с бобовыми со сметаной	200	1,84	3,11	10,89	70,03	36
	Жаркое по-домашнему	200	4,50	5,30	14,66	224,00	146
	Каша из сух/гер	180	0,14	0,018	21,49	86,00	253
	яесб рт.д	20	3,14	0,53	21,42	101,41	
	яесб мев.	30	3,96	0,66	26,34	124,14	
4	ПОЛДНИК						
	Яйца в омлете	80	9,81	3,15	1,45	75,00	159
	Жареная картошка	180	0,61	0,25	18,64	49,34	264

Меню составил: Лесота

Итого: _____

Дата составления меню: 21.11.24