

Утверждаю  
 Директор МКОУ  
 «Старосальвинская СОШ»  
 /Вощаков В.Л./



Меню – требование

День: 6 Неделя: 2  
 Возрастная категория: 3-4 класс

Сезон: осенний Дата: 25.11.24

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			б	ж	у		
1	Яблоко отварное	20	2,55	2,30	0,15	31,50	130
	ЗАВТРАК Каша манная молочная с яблоками и сметаной.	150	2,40	3,81	16,05	108,09	
	Пюре картофельное с сметаной	10/30	2,46	7,55	14,62	136,24	
	Чай безароматизированный с сахаром	180	0,06	0,02	9,98	40,38	
2	II ЗАВТРАК Яблочки	100	0,4	0,4	10,80	45,5	248
	3 ОБЕД Салат из свёклы	40	0,64	2,50	5,3	46,00	36
3	Суп с курицей со сметаной	200	2,00	2,24	13,60	82,60	62
	Рагу овощное	100	2,23	4,04	10,16	86,64	87
	Фейтоски с помидорами	80	12,64	13,14	13,46	223,00	203
	Колетот из супа/горячий	180	0,4	0,08	24,98	101,68	253
	Чай ф-т-н-е.	40	3,14	0,53	21,42	101,71	
	4 ПОЛДНИК						
4	Печенье с сахаром	50	4,03	2,93	24,53	140,18	273
	Датчера	180	5,22	4,50	7,2	90,00	240

Меню составил: Слесова Итого: 131-88 Дата составления меню: 22.11.24

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



Меню – требование

День: 7 Неделя: 2

Сезон: осень

Дата: 26.11.24

Возрастная категория: 3-7 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Каша пшеничная с маслом и сахаром	150	3,45	7,56	20	135,00	111
		10/30	2,46	7,55	19,62	136,27	1
		80	3,67	3,19	15,82	106,67	266
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат из св/капусты Суп с вареными картофелем и сметаной Шоше картофельное Сырост из сметаны Коледом из сух/држ. хлеб рж-пш.	40	0,48	2,04	4,47	36,04	17
		200	2,16	2,26	13,72	83,80	64
		120	2,44	3,84	16,35	110,40	216
		80	12,61	7,32	3,29	129,00	171
		180	0,40	0,018	24,98	101,68	253
4	ПОЛДНИК Шоше из творога с сахаром и чаем с сахаром	100	13,61	10,64	17,63	209,00	148
		180	0,12	0,02	10,20	41,46	262

Меню составил: Лесова

Итого: 119-31

Дата составления меню: 25.11.24

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

Меню – требование

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

Сезон: осень/зима Дата: 27.11.24

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Каша овсяная, тертая с яблоками и бананом	150	2,85	5,01	14,28	114,00	111
		16/20	2,5	3,93	24,56	155,54	2
		180	2,85	2,41	14,36	90,53	264
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Пюре картофельное с овощами	40	0,81	3,70	5,06	56,88	8
		200	1,60	1,92	11,84	72,00	45
		100	9,09	4,54	23,35	170	120
		80	11,78	12,81	14,80	222,81	120
		180	0,4	0,018	24,98	101,68	153
		40	3,14	0,53	21,07	101,71	
4	ПОЛДНИК						
		85	7,21	10,01	11,78	126,07	131
		150	5,22	4,50	7,2	90,00	270

Меню составил: Лесота Итого: 114-21 Дата составления меню: 26.11.24

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



Меню – требование

День: 9 Неделя: 2  
 Возрастная категория: 3-7 лет

Сезон: осень-зима Дата: 28.11.24

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Каша гречневая тертая с яблоками	150	4,32	3,82	14,13	109,04	68
	Фруктовый салат с яблоком	16/30	4,73	6,88	14,56	139	3
	Отвар с яблоками	180	0,06	0,02	9,99	40,38	261
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат «Космос»	40	3,50	8,80	3,50	107,40	44
	Фрикадельки с картофелем со сметаной	200	1,64	4,00	11,30	88,00	53
	Макароны отварные	100	5,68	4,36	27,25	171,00	124
	Колобок с сахар-квасом	80	9,50	10,6	5,8	139,13	182
	Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20	41	262
4	ПОЛДНИК Каша пшеничная	40	3,17	0,53	21,72	101,71	
	Яблоки, запеченные с творогом	85	4,95	2,81	35,5	187	259
	Чай с сахаром	180	2,67	2,34	14,31	89	263

Меню составил: Лесова Итого: 109,18 Дата составления меню: 27.11.24

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



Меню – требование

День: 10 Неделя: 2

Сезон: осень-зима Дата: 28.11.24

Возрастная категория: 3-7 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
1	ЗАВТРАК Суп овощной с	150	5,76	5,22	18,84	145,38	68
	картошкой						
	бутерброд с сыром	10/30	2,96	7,55	14,62	136,24	9
	Чай сахарный	80	0,06	0,02	9,99	40,38	269
2	II ЗАВТРАК						
3	ОБЕД Салат из св/моркови	40	11,93	2,07	2,5	33,44	12
	Суп с рисом	200	3,36	1,8	9,7	67,40	67/75
	Трапезное от 3-ой	100	2,05	3,96	16,12	108	189
	Пюре из картофеля	80	7,07	4,54	10,67	108,26	76
	Компот из сухофрукт	180	0,40	0,08	24,98	101,68	253
	Хлеб рж.	30	3,17	0,53	21,72	101,71	
	Хлеб пш.	30	3,17	0,53	21,72	101,71	
4	ПОЛДНИК						
	Сметана из творога	55	8,30	6,33	5,38	116,00	142
	Напиток из свежих фруктов	180	0,61	0,25	18,67	79,37	267

Меню составил: Асета Итого: 114-23 Дата составления меню: 28.11.24