

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад "Солнышко" Сергиев. Ко

ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Стройкерамика
Ключников В.Н.



МЕНЮ
2 октября 2023 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------|---------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ | 225 | 7 | 8.7 | 28.6 | 223 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | 34/10/7 | 4.9 | 9.2 | 17.1 | 172 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 3.8 | 3.9 | 12.4 | 101 |
| Итого | | 15.7 | 21.8 | 58.1 | 496 |
| II Завтрак | | | | | |
| ЯБЛОКО | 110 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 47 |
| Итого | | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 47 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА | 52 | 0.8 | 1.2 | 4.6 | 33 |
| СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ | 200 | 7 | 11 | 20.8 | 219 |
| ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР | 71 | 9.5 | 10.6 | 6 | 158 |
| КАША ЯЧНЕВАЯ | 131 | 2.9 | 3.7 | 18.8 | 120 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3.3 | 0.4 | 21.2 | 102 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 9.7 | 39 |
| Итого | | 23.5 | 26.9 | 81.1 | 671 |
| Полдник | | | | | |
| БУЛОЧКА С САХАРОМ | 68 | 7 | 9.9 | 42.2 | 286 |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 0.3 | 0.1 | 13.4 | 61 |
| Итого | | 7.3 | 10 | 55.6 | 347 |
| Ужин | | | | | |
| РАГУ ОВОЩНОЕ | 204 | 6.1 | 7 | 33.9 | 226 |
| ХЛЕБ | 50 | 3.8 | 0.3 | 25.1 | 118 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0.1 | | 4.1 | 17 |
| Итого | | 10 | 7.3 | 63.1 | 361 |
| Всего | | 56.9 | 66.4 | 267.7 | 1922 |
| Стоимость 138,01 рублей | | | | | |

Медицинская сестра

Г.Г. Герасимчук

Герасимчук Г.Г.

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад Солнышко (2 козла)"

ГБОУ СОШ №1 п.г. Стройкерамика

П.лю

Ключникова



МЕНЮ

2 октября 2023 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая |
|------------------------------------|---------|-------------------|---------|-------------|----------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ | 195 | 6,4 | 8,1 | 25,8 | 201 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | 30/15/7 | 4,6 | 8,4 | 15,7 | 157 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 3,7 | 3,8 | 12 | 97 |
| Итого | | 14,7 | 20,3 | 53,5 | 455 |
| II Завтрак | | | | | |
| ЯБЛОКО | 123 | 0,5 | 0,5 | 12,1 | 58 |
| Итого | | 0,5 | 0,5 | 12,1 | 58 |
| Обед | | | | | |
| САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА | 63 | 0,9 | 1,3 | 5 | 36 |
| СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ | 205 | 7,3 | 11,2 | 17,9 | 208 |
| ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР | 65 | 10,6 | 12 | 5,6 | 173 |
| КАША ЯЧНЕВАЯ | 130 | 3 | 3,6 | 19,2 | 121 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 46 | 3 | 0,4 | 19,3 | 93 |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 8,8 | 35 |
| Итого | | 24,8 | 28,5 | 75,8 | 666 |
| Полдник | | | | | |
| БУЛОЧКА "С САХАРОМ" | 60 | 6,5 | 9,6 | 40,6 | 274 |
| НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 0,3 | 0,1 | 12,3 | 57 |
| Итого | | 6,8 | 9,7 | 52,9 | 331 |
| Ужин | | | | | |
| РАГУ ОВОЩНОЕ | 205 | 5,8 | 6,6 | 29,6 | 203 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 52 | 3,9 | 0,3 | 25,9 | 122 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 4,2 | 17 |
| Итого | | 9,8 | 6,9 | 59,7 | 342 |
| Всего | | 56,6 | 65,9 | 254 | 1852 |
| Стоимость 132,46 рублей | | | | | |

Медицинская сестра *М.В.* Зуева М.В

