

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солнышко" корпус №1
ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Стройкеромка
п.г.т. Спичников, Ч.П.



МЕНЮ

10 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	306	9,67	11,25	43,31	313,79
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	39/7	3,09	7,17	20,14	157,51
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	4,93	5,19	16,61	134,24
Итого		17,69	23,61	80,06	605,54
II Завтрак					
СОК	150	0,82	0,16	16,50	70,26
Итого		0,82	0,16	16,50	70,26
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	170	1,08	3,71	6,32	62,88
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ТУШЕНКОЙ	200	13,55	7,11	31,76	245,51
ГУЛЯШ ИЗ СЕРДЦА	92	16,58	5,26	5,57	136,64
КАША ЯЧНЕВАЯ	130	3,40	5,45	22,03	150,55
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	77	5,10	0,68	32,63	156,98
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70
Итого		39,71	22,21	107,99	791,26
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	73	7,84	10,10	45,36	303,56
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,29	0,13	11,96	55,70
Итого		8,13	10,23	57,32	359,26
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	134	4,33	4,36	27,64	167,30
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,95	4,45	3,85	59,50
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ХЛЕБ	66	5,07	0,41	33,33	157,32
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,00	16,41
Итого		15,55	13,82	69,12	463,53
Всего		81,90	70,03	330,99	2 289,85
Стоимость 208,38					

Медицинская сестра Гераимчук Г.Г. Герасимчук Г.Г.

Утверждаю

руководитель СП "Детский сад "Солнышко" (2-й корпус)

ГБОУ СОШ №11 г. Стройкерамика

Ключникова Н.Н.



МЕНЮ

10 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	250	9,29	10,42	37,28	280,73
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45/5	3,57	3,99	23,40	143,77
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	6,55	6,81	19,66	167,75
Итого		19,41	21,22	80,34	592,25
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	138	0,67	0,14	13,51	57,53
Итого		0,67	0,14	13,51	57,53
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	52	0,76	5,22	4,41	67,57
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ТУШЕНКОЙ	215	10,27	8,18	24,77	214,05
ГУЛЯШ ИЗ СЕРДЦА	120	20,48	6,37	5,78	163,32
КАША ЯЧНЕВАЯ	150	3,34	3,18	21,72	128,81
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	63	5,48	0,73	35,08	168,80
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	8,68	34,70
Итого		40,33	23,68	100,44	777,25
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	75	7,12	9,82	41,64	283,43
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	185	0,31	0,13	11,71	55,01
Итого		7,43	9,95	53,35	338,44
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3,74	4,03	23,85	146,71
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	52	0,90	4,24	3,67	56,72
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	42	5,13	4,65	0,28	63,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	68	5,92	0,48	38,93	183,74
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	5,22	21,26
Итого		15,79	13,40	71,95	471,84
Всего		83,63	68,39	319,59	2 237,31
Стоимость 206,63					

Медицинская сестра

Зуева М.В

