

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад "Солнышко" корпус №1  
ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Стройкерам. ка  
(Ключица Н.И.)



**МЕНЮ**  
**16 октября 2023 г.**  
**Ясли 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	151	5.4	7	21.1	169
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	22/6/6	3.2	6.4	11.7	118
ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	3.9	4.2	10.6	97
Итого		12.5	17.6	43.4	384
<b>II Завтрак</b>					
ЯБЛОКО	108	0.4	0.4	10	48
Итого		0.4	0.4	10	48
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	33	0.5	3.2	3	44
СУП ГОРОХОВЫЙ С ТУШЕНКОЙ	184	9	6.1	20.5	173
ГУЛЯШ ИЗ СЕРДЦА	76	13.2	4.8	6.2	122
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	124	2.3	3.2	14.6	97
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	37	2.4	0.3	15.5	75
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7.6	30
Итого		27.4	17.6	67.4	541
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	55	5.6	7.8	33.7	228
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	182	0.1		11.2	46
Итого		5.7	7.8	44.9	274
<b>Ужин</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3.2	3	20.6	123
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0.8	3.6	3.1	48
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5.1	4.6	0.3	63
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3.6	0.3	23.4	111
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		4.5	18
Итого		12.8	11.5	51.9	363
Всего		58.8	54.9	217.6	1610
Стоимость 134,10					

Медицинская сестра Герасимчук Г.Г.

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад "Солнышко" корпус №1

ГБОУ СОШ №1 г.г. Стройкерамика

Ключникова Н.И.



# МЕНЮ

16 октября 2023 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	199	6.2	8	25.4	198
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	34/10/7	5	8.5	17.7	168
ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	200	4.3	4.7	11.9	107
Итого		15.5	21.2	55	473
<b>II Завтрак</b>					
ЯБЛОКО	111	0.4	0.4	10.7	51
Итого		0.4	0.4	10.7	51
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0.9	5	4.9	67
СУП ГОРОХОВЫЙ С ТУШЕНКОЙ	201	11	6.7	24.4	202
ГУЛЯШ ИЗ СЕРДЦА	76	13.4	4.8	5.5	120
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	129	3.2	3.9	20.1	128
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	46	3	0.4	19.3	93
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9.7	39
Итого		31.5	20.8	83.9	649
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	6.8	9.6	41.1	277
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	201	0.1		15.1	61
Итого		6.9	9.6	56.2	338
<b>Ужин</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4.3	3.6	27.4	159
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0.6	2.7	2.3	36
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5.1	4.6	0.3	63
ХЛЕБ	58	4.4	0.4	29.2	138
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.1		4.2	17
Итого		14.5	11.3	63.4	413
Всего		68.8	63.3	269.2	1924
Стоимость 150,10					

Медицинская сестра Гераимчук Г.Г.

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад "Солнышко" (2 кода) С

ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Стройкерамика

Илючииков Г.Н.



# МЕНЮ

16 октября 2023 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	7,2	9,2	28,7	228
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/15/7	5	10,1	14,5	170
ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	200	5	5,3	13,5	124
Итого		17,2	24,6	56,7	522
<b>II Завтрак</b>					
ЯБЛОКО	131	0,5	0,5	12,8	62
Итого		0,5	0,5	12,8	62
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	65	1	5,5	5,9	78
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ТУШЕНКОЙ	200	11,6	7,2	25,9	214
ГУЛЯШ ИЗ СЕРДЦА	75	11,2	4,4	6,6	112
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	4,8	5	21,7	150
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	55	3,7	0,5	23,4	113
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,9	40
Итого		32,3	22,6	93,4	707
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА "С САХАРОМ"	65	7,1	10,6	44,9	303
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД СВЕЖИХ	200	0,1		16,4	67
Итого		7,2	10,6	61,3	370
<b>Ужин</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	4,9	4,3	30,9	181
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	31	0,6	2,8	2,4	38
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	51	5,1	4,6	0,3	63
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,7	0,3	24	113
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		4,7	19
Итого		14,4	12	62,3	414
Всего		71,6	70,3	286,5	2075
Стоимость 159,121					

Медицинская сестра Герасимчук Г.Г.

Утверждаю

руководитель СП "Детский сад" Солнышко (1 корпус)

ГБОУ СОШ №11 г.т. Стройкерамика

Клещникова Н.Н.



**МЕНЮ**  
**16 октября 2023 г.**  
**Ясли 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	155	4,8	5,9	18	144
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	22/5/10	3,7	6,8	11,3	123
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	180	3,3	3,6	10,3	87
Итого		11,8	16,3	39,6	354
<b>II Завтрак</b>					
ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	8,8	42
Итого		0,4	0,4	8,8	42
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,5	2,5	2,9	36
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ТУШЕНКОЙ	180	9	8,6	22,4	204
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	12,3	4,8	5,9	131
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	120	2,7	4,7	17,3	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	45	3	0,4	19,1	92
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7,3	29
Итого		27,5	21	74,9	614
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	7,3	9,8	37,2	263
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,1		9,6	39
Итого		7,4	9,8	46,8	302
<b>Ужин</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,2	2,4	20,6	117
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,7	3,2	49
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	107
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,1	20
Итого		12,4	10,9	51,8	354
Всего		59,5	58,4	221,9	1666
Стоимость 133,52					

Медицинская сестра

Герасимчук Г.Г.

Утверждаю

руководитель СП «Детский сад» Солнышко (С/С корпус)

ГБОУ СОШ №11 г.г. Стройкерамика

Классификация Н.Н/



# МЕНЮ

16 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,1	8	24,6	195
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35/7/15	4,9	9,3	16,7	171
ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ	200	4,5	4,9	12,6	113
Итого		15,5	22,2	53,9	479
<b>II Завтрак</b>					
ЯБЛОКО	114	0,5	0,5	11,1	53
Итого		0,5	0,5	11,1	53
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	5,2	4,5	67
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ТУШЕНКОЙ	200	10,6	6,1	26,3	204
ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	17,8	5,5	6,9	169
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,2	4	20,2	129
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	57	3,8	0,5	24,3	117
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,2	37
Итого		36,2	21,3	91,4	723
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	6,6	9,5	41	277
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1		15,8	64
Итого		6,7	9,5	56,8	341
<b>Ужин</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,3	3,7	27,4	160
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,6	2,8	2,4	37
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,2	0,3	27,6	130
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		4,4	18
Итого		14,1	11,3	62,1	406
Всего		73	64,8	275,3	2002
Стоимость 158,38					

Медицинская сестра Гераимчук Г.Г.