

Утверждаю

Руководитель СГ Детский сад "Солнышко" корпус №1  
БСО ООШ №11 г. Ст. Искерамика  
Крючкова Н.Н./

## МЕНЮ

22 ноября 2024 г.

### Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	152	9,03	11,57	2,74	151,38
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	20/9/5	3,48	6,92	10,08	117,14
КАКАО	182	4,56	4,90	11,06	107,91
Итого		17,07	23,39	23,88	376,43
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,23	0,10	9,00	42,21
Итого		0,23	0,10	9,00	42,21
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,46	2,88	2,69	38,48
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	4,93	7,56	9,04	128,87
ПЛОВ С МЯСОМ КУР	177	6,50	7,22	31,17	216,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	44	2,88	0,38	18,45	88,78
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,42	0,02	12,04	50,41
Итого		15,19	18,06	73,39	522,73
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	56	5,87	7,36	35,88	233,36
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	195	0,99	0,20	19,50	84,71
Итого		6,86	7,56	55,38	318,07
<b>Ужин</b>					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	6,58	9,68	18,26	187,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	4,15	16,93
Итого		9,71	9,93	42,48	299,56
Всего		49,06	59,04	204,13	1 559,00

Медицинская сестра

Герасимчук Г.Г.

Руководитель ДП Детский сад "Солнышко" корпус №1  
ГБОУ СОШ № 11 "Стройкерамика"  
Клишеникова Н.Н./



# МЕНЮ

22 ноября 2024 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	161	9,16	12,16	3,20	159,32
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/15/7	4,76	8,85	15,03	159,45
КАКАО	203	5,52	5,90	13,34	130,22
Итого		19,44	26,91	31,57	448,99
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,25	0,11	9,36	44,08
Итого		0,25	0,11	9,36	44,08
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	49	0,72	4,90	4,22	63,76
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	5,51	9,74	12,57	165,93
ПЛОВ С МЯСОМ	200	17,23	16,29	31,60	342,22
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	54	3,60	0,48	23,07	111,01
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,50	0,03	14,63	61,20
Итого		27,56	31,44	86,09	744,12
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	66	7,05	9,56	40,83	277,76
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	195	0,99	0,20	19,50	84,71
Итого		8,04	9,76	60,33	362,47
<b>Ужин</b>					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7,31	9,96	24,00	216,30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,80	0,31	25,02	118,07
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,07	16,68
Итого		11,21	10,27	53,09	351,05
Всего		66,50	78,49	240,44	1 950,71

Медицинская сестра

Герасимчук Г.Г.

руководитель СП "Детский сад" Солнечки (2 корпус)  
БС СОШ №11г. Стресс-керамика  
Клюшникова Н.Н.



# МЕНЮ

22 ноября 2024 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	9,10	12,02	3,11	157,46
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/15/7	4,37	8,69	14,22	153,26
КАКАО	195	4,46	4,75	11,67	108,68
Итого		17,93	25,46	29,00	419,40
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,32	0,13	10,40	50,05
Итого		0,32	0,13	10,40	50,05
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	43	0,62	5,04	3,66	62,41
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	180	6,18	8,13	13,11	159,05
ПЛОВ С МЯСОМ	215	17,82	16,72	31,59	348,38
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,07	0,41	19,68	94,70
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,50	0,03	14,63	61,20
Итого		28,19	30,33	82,67	725,74
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	65	6,92	9,59	39,73	272,95
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	196	1,00	0,20	19,67	85,44
Итого		7,92	9,79	59,40	358,39
<b>Ужин</b>					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7,13	9,69	23,72	211,92
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,57	0,29	23,48	110,80
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	5,12	21,03
Итого		10,84	9,98	52,32	343,75
Всего		65,20	75,69	233,79	1 897,33

Медицинская сестра

Зуева М.В

руководитель СП "Детский сад" Солышкы (3 корпус)  
ГБОУ СОШ №11 г. Стаскерамика  
Клюшникова Н.Н.



# МЕНЮ

22 ноября 2024 г.

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	145	8,3	11,8	2,6	150
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	21/10/6	2,9	6,1	10,4	109
КАКАО	180	4,2	4,4	10	97
Итого		15,4	22,3	23	356
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	10,3	48
Итого		0,3	0,1	10,3	48
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	34	0,5	3,1	2,9	42
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	8,4	10,6	8,7	170
ПЛОВ С МЯСОМ	205	14,7	14,3	27,5	298
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,3	0,3	15	72
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4		10,5	44
Итого		26,3	28,3	64,6	626
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	55	6,8	9,1	38,2	260
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	181	0,9	0,2	17,8	77
Итого		7,7	9,3	56	337
<b>Ужин</b>					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	6,4	9	19,6	186
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,2	0,3	20,8	98
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		4,8	19
Итого		9,7	9,3	45,2	303
Всего		59,4	69,3	199,1	1670

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Зуева М.В

Утверждаю

руководитель СП "Детский сад" Солнечик (3 корпус)  
 П.В. СОШ М.п.г. ст.с. керамика  
 Ю.Н. Иванова Н.Н.



**МЕНЮ**  
**22 ноября 2024 г.**

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	8,5	11,6	3,1	152
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/15/7	4,7	8,7	15,6	160
КАКАО	200	4,6	4,8	11,9	111
Итого		17,8	25,1	30,6	423
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	10,4	50
Итого		0,3	0,1	10,4	50
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	57	0,8	5,2	4,9	69
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	9,5	11,3	12,4	196
ПЛОВ С МЯСОМ	225	16,3	15,5	31,1	329
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	44	2,9	0,4	18,8	90
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,5		13,6	58
Итого		30	32,4	80,8	742
<b>Полдник</b>					
БУЛОЧКА С ИЗЮМОМ	65	6,9	9,5	39,9	273
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	201	1	0,2	19,8	86
Итого		7,9	9,7	59,7	359
<b>Ужин</b>					
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	7,1	9,8	23,8	213
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,9	0,3	25,8	122
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		4,6	19
Итого		11,1	10,1	54,2	354
Всего		67,1	77,4	235,7	1928

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Зуева М.В