

**МЕНЮ** на 7 июня 2022 года  
 День: вторник  
 Возрастная категория: от 1.5 – 3 лет

«УТВЕРЖДАЮ»  
 Директор ГБОУ СОШ  
 с. Сосновый Солонец  
 А.М. Козлов

| Прием пищи                   | Наименование блюда             | Вес блюда<br>(в граммах) | Пищевые вещества (г) |               |                | Энергетическая<br>ценность (ккал) | №<br>рецептуры |
|------------------------------|--------------------------------|--------------------------|----------------------|---------------|----------------|-----------------------------------|----------------|
|                              |                                |                          | Белки                | Жиры          | Углеводы       |                                   |                |
| <b>НЕДЕЛЯ 2</b>              |                                |                          |                      |               |                |                                   |                |
| <b>ДЕНЬ 2</b>                |                                |                          |                      |               |                |                                   |                |
| ЗАВТРАК                      | Каша манная молочная           | 150                      | 4,900                | 6,260         | 29,300         | 226,060                           | 390            |
|                              | Кофейный напиток на молоке     | 150                      | 2,837                | 2,474         | 15,570         | 92,004                            | 151            |
|                              | Бутерброд с маслом и сыром     | 20/5/5                   | 2,094                | 4,998         | 10,320         | 92,059                            | 1              |
| <b>Итого за завтрак</b>      |                                | <b>330</b>               | <b>9,831</b>         | <b>13,732</b> | <b>55,190</b>  | <b>410,123</b>                    |                |
| 2-ой ЗАВТРАК                 | Свежий фрукт, яблоко           | 95                       | 1,482                | 1,539         | 9,120          | 51,908                            | 144            |
| <b>Итого за 2-ой завтрак</b> |                                | <b>95</b>                | <b>1,482</b>         | <b>1,539</b>  | <b>9,120</b>   | <b>51,908</b>                     |                |
| ОБЕД                         | Салат из свеклы с маслом раст. | 40                       | 0,468                | 2,581         | 3,520          | 38,305                            | 17             |
|                              | Суп гороховый с м/лт.          | 150                      | 4,500                | 2,400         | 11,300         | 26,900                            | 21             |
|                              | Котлета рыбная                 | 50                       | 5,157                | 1,709         | 5,591          | 56,973                            | 66             |
|                              | Пюре картофельное              | 150                      | 2,640                | 4,730         | 19,890         | 127,721                           | 109            |
|                              | Компот из шиповника            | 150                      | 0,125                | 0,060         | 14,220         | 54,366                            | 158            |
|                              | Хлеб пшеничный                 | 40                       | 2,371                | 0,275         | 19,680         | 85,762                            | 147            |
|                              | Хлеб ржаной                    | 20                       | 1,320                | 0,200         | 8,040          | 38,000                            | 149            |
| <b>Итого за обед</b>         |                                | <b>600</b>               | <b>16,581</b>        | <b>11,955</b> | <b>82,241</b>  | <b>428,027</b>                    |                |
| ПОЛДНИК                      | снежок                         | 150                      | 3,159                | 3,225         | 16,200         | 102,411                           | 15             |
|                              | Булочка сдобная                | 60                       | 4.53                 | 6.11          | 27.8           | 197.16                            | 9              |
| <b>Итого за полдник</b>      |                                | <b>210</b>               | <b>7,689</b>         | <b>9,335</b>  | <b>44,000</b>  | <b>299,571</b>                    |                |
| <b>Итого за день:</b>        |                                | <b>1235</b>              | <b>35,583</b>        | <b>36,561</b> | <b>190,551</b> | <b>1189,629</b>                   |                |

- При новом урожае овощей без тепловой обработки, со старого урожая с тепловой обработкой.
- Пицца готовится в щадящем режиме, без ГМО.

МЕНЮ на 7 июня 2022 года

День: вторник

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

«Утверждено»  
 Директор ООО ССМ  
 с. Сосновий Сельсовет  
 [Подпись] А. М. Кулов

| Прием пищи                   | Наименование блюда             | Вес блюда<br>(в граммах) | Пищевые вещества (г) |               |                | Энергетическая<br>ценность (ккал) | №<br>рецептуры |
|------------------------------|--------------------------------|--------------------------|----------------------|---------------|----------------|-----------------------------------|----------------|
|                              |                                |                          | Белки                | Жиры          | Углеводы       |                                   |                |
| <b>НЕДЕЛЯ 2</b>              |                                |                          |                      |               |                |                                   |                |
| <b>ДЕНЬ 2</b>                |                                |                          |                      |               |                |                                   |                |
| ЗАВТРАК                      | Каша манная молочная           | 200                      | 5,86                 | 9,95          | 26,8           | 221,38                            | 34             |
|                              | Кофейный напиток на молоке     | 180                      | 3,405                | 2,95          | 18,670         | 110,590                           | 151            |
|                              | Бутерброд с маслом и сыром     | 20\5\10                  | 2,094                | 4,998         | 10,320         | 92,059                            | 1              |
| <b>Итого за завтрак</b>      |                                | <b>415</b>               | <b>11.359</b>        | <b>17.898</b> | <b>55.790</b>  | <b>424.029</b>                    |                |
| 2-ой ЗАВТРАК                 | Свежий фрукт, яблоко           | 95                       | 1,482                | 1,539         | 9,120          | 51,908                            |                |
| <b>Итого за 2-ой завтрак</b> |                                | <b>100</b>               | <b>0,4</b>           | <b>0,4</b>    | <b>9,8</b>     | <b>44</b>                         |                |
| ОБЕД                         | Салат из свеклы с маслом раст. | 50                       | 0,585                | 3,480         | 7,394          | 61,384                            | 16             |
|                              | Суп гороховый с млт.           | 250                      | 7,110                | 2,350         | 29,258         | 159,310                           | 44             |
|                              | Котлета рыбная                 | 80                       | 21,7                 | 6,23          | 5,17           | 165,27                            | 43             |
|                              | Пюре картофельное              | 170                      | 2,991                | 5,655         | 22,580         | 147,531                           | 109            |
|                              | Компот из шиповника            | 150                      | 0,125                | 0,060         | 14,220         | 54,366                            | 158            |
|                              | Хлеб пшеничный                 | 30                       | 2,37                 | 0,3           | 14,49          | 70,5                              | 147            |
|                              | Хлеб ржаной                    | 50                       | 3,3                  | 0,6           | 16,7           | 87                                | 149            |
| <b>Итого за обед</b>         |                                | <b>780</b>               | <b>38.181</b>        | <b>18.675</b> | <b>104.642</b> | <b>745.361</b>                    |                |
| ПОЛДНИК                      | снежок                         | 180                      | 7,2                  | 5,76          | 7,56           | 120,6                             | 35             |
|                              | Булочка сдобная                | 90                       | 6,79                 | 9,16          | 41,7           | 295,75                            | 9              |
| <b>Итого за полдник</b>      |                                | <b>270</b>               | <b>13.99</b>         | <b>14.92</b>  | <b>49.260</b>  | <b>416.35</b>                     |                |
| <b>Итого за день:</b>        |                                | <b>1565</b>              | <b>63.930</b>        | <b>51.893</b> | <b>219.492</b> | <b>1629.74</b>                    |                |

- При новом урожае овощей без тепловой обработки, со старого урожая с тепловой обработкой.
- Пицца готовится в щадящем режиме, без ГМО.