МЕНЮ на 20 октября 2026 года
День: вторник
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

O="ГБОУ СОШ с.Сосновый Солонец СПДС "" Лесная сказка""", CN=Пурыскина И.В., E=rur43@yandex.ru
00b1f33c029594230e
2026.11.03 12:34:20+03'00'

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2								
ЗАВТРАК	Каша молочная «Дружба»	150	4,145	4,721	20,030	134,176	1,760	№93
	Какао на молоке	150	3,526	3,241	16,550	105,334	1,760	№150
	Батон, масло, сыр	20/5/5	2,094	4,998	10,320	92,059	0,045	№1
Итого за завтрак		**330**	**9,765**	**12,960**	**46,900**	**331,569**	**3,565**	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, банан	95	1,425	0,475	19,950	91,200	10,000	№57
	Сок фруктовый (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005	3,000	№399
Итого за 2-ой завтрак		**195**	**2,175**	**0,475**	**35,100**	**155,205**	**13**	
ОБЕД	Салат из свежей капусты и моркови	40	0,255	1,292	0,959	16,244	7,350	№23
	Суп с клёцками на м/б	150	2,092	2,354	14,056	82,261	9,752	№42
	Котлета рыбная паровая	50	5,157	1,709	5,591	56,973	0,308	№66
	Картофельное пюре	150	2,640	4,730	19,890	127,721	22,53	№109
	Кисель промышленного производства	150	0,360	0,000	22,800	92,500	0,250	№244
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500	0,000	№147
	ржаной	20	1,320	0,200	8,040	38,000	0,000	№149
Итого за обед		**600**	**11,824**	**11,135**	**88,076**	**511,199**	**40,19**	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Сырники творожные, запечённые	120	17,854	15,054	19,540	280,173	0,558	№133
	Сгущённое молоко	20	1,700	1,400	11,200	66,000	0,000	№8
	Снежок к/м продукт (промышленного производства)	150	3,159	3,225	16,200	102,411	1,305	№15
Итого за уплотненный полдник		**290**	**22,713**	**19,679**	**46,940**	**448,584**	**1,863**	
Итого за день:		**1415,00**	**46,477**	**44,249**	**217,016**	**1446,557**	**58,618**	

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

МЕНЮ на 20 октября 2026 года
День: вторник
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда (в граммах)*	*Пищевые вещества (г)*			*Энергетическая ценность (ккал)*	*Витамин С*	*№ рецептуры*
			Белки	*Жиры*	*Углеводы*			
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2								
ЗАВТРАК	*Каша молочная «Дружба»*	*200*	*5,526*	*6,294*	*26,706*	*178,901*	*2,346*	*№93*
	Какао на молоке	*180*	*4,231*	*3,935*	*19,860*	*126,808*	*2,11*	*№150*
	Батон, масло, сыр	*30/5/8*	*3,222*	*6,325*	*15,460*	*127,791*	*0,066*	*№1*
Итого за завтрак		***423***	***22,979***	***16,554***	***62,026***	***433,500***	***4,522***	
2-ой ЗАВТРАК	*Свежий фрукт, банан*	*100*	*1,500*	*0,500*	*21,000*	*96,000*	*10,000*	*№57*
	Сок фруктовый (промышленного производства)	*100*	*0,750*	*0,000*	*15,150*	*64,005*	*4,500*	*№399*
Итого за 2-ой завтрак		***200***	***2,250***	***0,500***	***36,150***	***160,005***	***14,5***	
ОБЕД	*Салат из свежей капусты и моркови*	*50*	*0,321*	*1,739*	*1,216*	*21,496*	*9,200*	*№23*
	Суп с клёцками на м/б	*250*	*3,384*	*4,478*	*22,483*	*138,151*	*15,400*	*№42*
	Котлета рыбная паровая	*70*	*7,344*	*2,456*	*7,884*	*81,048*	*0,272*	*№66*
	Картофельное пюре	*170*	*2,991*	*5,655*	*22,580*	*147,531*	*25,600*	*№109*
	Кисель промышленного производства	*200*	*0,480*	*0,000*	*30,400*	*123,300*	*0,333*	*№244*
	Хлеб пшеничный	*40*	*2,371*	*0,275*	*19,680*	*85,762*	*0,000*	*№147*
	ржаной	*30*	*1,543*	*0,918*	*10,020*	*52,014*	*0,000*	*№149*
Итого за обед		***760***	***18,434***	***14,007***	***114,263***	***649,302***	***50,805***	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	*Сырники творожные, запечённые*	*150*	*22,464*	*19,083*	*23,660*	*350,332*	*0,704*	*№133*
	Сгущённое молоко (промышленного производства)	*30*	*2,550*	*2,100*	*16,800*	*99,000*	*0,000*	*№8*
	Снежок к/м продукт (промышленного производства)	*150*	*3,159*	*3,225*	*16,200*	*102,411*	*1,350*	*№15*
Итого за уплотненный полдник		***330***	***28,173***	***24,408***	***56,600***	***551,743***	***2,054***	
Итого за день:		***1713,00***	***71,836***	***55,469***	***269,039***	***1794,55***	***71,881***	

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