МЕНЮ на 23 октября 2026 года
День: пятница
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 12:36:26+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 5								
ЗАВТРАК	Суп молочный овсяной	150	4,803	7,740	22,734	174,126	0,870	№54
	Какао на молоке	150	3,526	3,241	16,550	105,334	1,760	№150
	Батон с маслом	20/5	2,700	5,900	14,670	102,000	0,000	№34
Итого за завтрак		**325**	**11,029**	**16,881**	**45,184**	**381,460**	**2,63**	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	95	1,482	1,539	9,120	51,908	10	№144
Итого за 2-ой завтрак		**95**	**1,482**	**1,539**	**9,120**	**51,908**	**10**	
ОБЕД	Суп картофельный с рыбой	150	1,028	2,315	6,723	50,162	8,816	№38
	Биточек мясной паровой	60	9,188	9,918	3,936	140,774	0,600	№70
	Овощи тушёные	170	2,696	4,590	20,120	127,543	43,65	№123
	Сок фруктовый (промышленного производства)	100	0,750	0,000	15,150	64,005	3,000	№399
	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		**540**	**18,052**	**17,873**	**70,709**	**517,984**	**56,066**	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Творожная запеканка	120	15,070	10,294	16,820	215,995	0,747	№130
	Сгущенное молоко (промышленного производства)	20	1,700	1,400	11,200	66,000	0,000	№8
	Йогурт питьевой со вкусом клубники	150	4,200	3,750	16,500	120,000	0,000	№14
Итого за уплотненный полдник		**290**	**16,677**	**10,694**	**28,020**	**281,995**	**0,747**	
Итого за день:		**1250,00**	**51,240**	**50,737**	**169,696**	**1353,347**	**69,443**	

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

МЕНЮ на 23 октября 2026 года
День: пятница
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 5								
ЗАВТРАК	*Суп молочный овсяной*	*250*	*6,065*	*10,181*	*28,743*	*223,673*	*1,095*	*№54*
	Какао на молоке	*180*	*4,231*	*3,935*	*19,860*	*126,808*	*2,11*	*№150*
	Батон с маслом	*30/5*	*4,000*	*8,900*	*22,000*	*153,000*	*0,000*	*№34*
Итого за завтрак		***465***	***14,296***	***23,016***	***70,603***	***503,481***	***3,205***	
2-ой ЗАВТРАК	*Свежий фрукт, яблоко*	*100*	*1,560*	*1,620*	*9,600*	*54,640*	*10*	*№144*
Итого за 2-ой завтрак		***100***	***1,560***	***1,620***	***9,600***	***54,640***	***10***	
ОБЕД	*Суп картофельный с рыбой*	*250*	*4,536*	*2,011*	*10,518*	*75,681*	*14,740*	*№38*
	Биточек мясной паровой	*70*	*19,289*	*31,973*	*4,510*	*381,828*	*0,700*	*№70*
	Овощи тушёные	*200*	*3,120*	*5,562*	*23,380*	*150,210*	*50,65*	*№123*
	Сок фруктовый (промышленного производства)	*100*	*0,750*	*0,000*	*15,150*	*64,005*	*4,500*	*№399*
	Хлеб пшеничный	*40*	*3,070*	*0,850*	*16,740*	*97,500*	*0,000*	*№147*
	ржаной	*30*	*1,543*	*0,918*	*10,020*	*52,014*	*0,000*	*№149*
Итого за обед		***690***	***28,488***	***41,314***	***80,318***	***821,238***	***70,59***	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	*Творожная запеканка*	*150*	*18,790*	*12,995*	*20,550*	*269,175*	*0,920*	*№130*
	Сгущенное молоко (промышленного производства)	*30*	*2,550*	*2,100*	*16,800*	*99,000*	*0,000*	*№8*
	Йогурт питьевой со вкусом клубники	*150*	*4,200*	*3,750*	*16,500*	*120,000*	*0,000*	*№14*
Итого за уплотненный полдник		***330***	***25,540***	***18,845***	***53,850***	***488,175***	***0,92***	
Итого за день:		***1585,00***	***69,884***	***84,795***	***214,371***	***1867,734***	***84,715***	

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