МЕНЮ на 27 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 13:27:29+03'00'

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2								
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	150	4,232	4,613	19,302	130,823	0,419	№90
	Чай с молоком	180	2,356	2,125	16,820	91,622	1,360	№153
	Батон с маслом	20/5	2,700	5,900	14,670	102,000	0,000	№34
Итого за завтрак		**355**	**9,288**	**12,638**	**50,792**	**324,445**	**1,779**	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, банан	95	1,425	0,475	19,950	91,200	10	№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 капусты и моркови	40	0,255	1,292	0,959	16,244	7,350	№23
	Суп гороховый на м/б	150	4,500	2,400	11,300	26,900	2,701	№44
	Биточки рыбные	50	6,458	3,724	6,442	83,506	0,330	№61
	Картофельное пюре	150	2,640	4,730	19,890	127,721	22,53	№109
	Компот из сухофруктов	150	0,269	0,077	21,370	81,911	1,200	№162
	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**	**18,512**	**13,273**	**84,741**	**471,728**	**34,111**	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Творожно - яблочная запеканка	120	12,909	9,631	15,120	195,011	4,026	№132
	Повидло (промышленного производства)	20	0,000	0,000	12,200	48,800	0,000	№200
	Йогурт питьевой со вкусом персика (промышленного производства)	150	4,200	3,750	16,500	120,000	0,000	№14
Итого за ужин		**290**	**16,409**	**13,381**	**43,820**	**363,811**	**4,026**	
Итого за день:		**1440,00**	**46,384**	**39,767**	**214,453**	**1315,243**	**52,916**	

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

МЕНЮ на 27 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 2 ДЕНЬ 2								
ЗАВТРАК	*Каша ячневая молочная*	*200*	*5,643*	*6,150*	*25,736*	*174,431*	*0,558*	*№90*
	Чай с молоком	*200*	*2,418*	*2,150*	*18,840*	*99,672*	*1,400*	*№153*
	Батон с маслом	*30/5*	*4,000*	*8,900*	*22,000*	*153,000*	*0,000*	*№34*
Итого за завтрак		***435***	***12,061***	***17,200***	***66,576***	***427,103***	***1,958***	
2-ой ЗАВТРАК	*Свежий фрукт, банан*	*100*	*1,500*	*0,500*	*21,000*	*96,000*	*10*	*№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***	***14,500***	
ОБЕД	*Салат из капусты и моркови*	*50*	*0,321*	*1,739*	*1,216*	*21,496*	*9,200*	*№23*
	Суп гороховый на м/б	*250*	*8,100*	*4,400*	*19,500*	*200,00*	*5,052*	*№44*
	Биточки рыбные	*75*	*12,444*	*6,178*	*8,928*	*140,500*	*0,495*	*№61*
	Картофельное пюре	*170*	*2,991*	*5,655*	*22,580*	*147,531*	*22,600*	*№109*
	Компот из сухофруктов	*150*	*0,269*	*0,077*	*21,370*	*81,911*	*1,200*	*№162*
	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		***765***	***28,738***	***19,817***	***100,354***	***740,952***	***38,547***	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	*Творожно-яблочная запеканка*	*170*	*18,205*	*13,485*	*21,590*	*275,147*	*5,608*	*№132*
	Повидло (промышленного производства)	*30*	*0,000*	*0,000*	*18,300*	*73,200*	*0,000*	*№200*
	Йогурт питьевой со вкусом персика (промышленного производства)	*150*	*4,200*	*3,750*	*16,500*	*120,000*	*0,000*	*№14*
Итого за ужин		***350***	***22,405***	***17,235***	***56,390***	***468,347***	***5,608***	
Итого за день:		***1750,00***	***65,454***	***54,752***	***259,470***	***1796,407***	***60,613***	

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