

МЕНЮ на 3 октября 2025 года

День: пятница

Возрастная категория: от 1.5 – 3 лет



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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша тиённая молочная	150	4,408	4,868	19,467	134,439	91
	какао на молоке	150	3,526	3,241	16,550	105,334	150
	Бутерброд с маслом	20/5	2,700	5,900	14,670	102,000	34
Итого за завтрак		325	10,634	14,009	50,687	341,773	
2-ой ЗАВТРАК	Свежий фрукт, яблоко	95	1,482	1,539	9,120	51,908	144
Итого за 2-ой завтрак		95	1,482	1,539	9,120	51,908	
ОБЕД	Салат из белокачанной капусты с морковью	20	0,321	1,739	1,216	21,496	23
	Рассольник с м/пт.	150	1,105	2,363	8,640	58,088	46
	Плов из м/пт.	150	9,438	13,481	24,020	249,156	57
	кисель	150	0,360	0,000	22,800	92,500	244
	Хлеб пшеничный	40	3,070	0,850	16,740	97,500	147
	Хлеб ржаной	20	1,320	0,200	8,040	38,000	149
	Итого за обед	530	15,614	18,633	81,456	556,740	
ПОЛДНИК	Ряженка	150	4,35	4,8	6	88,50	35
	Вафля	50	7,39	6,98	43,45	265,99	449
Итого за полдник		200	11,74	11,78	49,45	354,490	
Итого за день:		1150	39,470	45,961	190,713	1304,911	

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

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

А.М. Козлов

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