

меню на 9 июня 2025 года

День: понедельник

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

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

| Прием пищи            | Наименование блюда      | Вес<br>блюда<br>(в граммах) | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) | №<br>рецептуры |
|-----------------------|-------------------------|-----------------------------|----------------------|--------|----------|-----------------------------------|----------------|
|                       |                         |                             | Белки                | Жиры   | Углеводы |                                   |                |
| ЗАВТРАК               | Каша манная молочная    | 150                         | 4,900                | 6,260  | 29,300   | 226,060                           | 390            |
|                       | Кофе с молоком          | 150                         | 2,837                | 2,474  | 15,570   | 92,004                            | 151            |
|                       | Бутерброд с маслом      | 20/5                        | 2,700                | 5,900  | 14,670   | 102,000                           | 34             |
| Итого за завтрак      |                         | 325                         | 10,437               | 14,634 | 59,540   | 420,064                           |                |
| 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 овощной           | 50                          | 0,630                | 3,560  | 6,049    | 57,248                            | 28             |
|                       | Суп фасолевый с м/пт.   | 150                         | 3,793                | 0,472  | 16,576   | 81,584                            | 39             |
|                       | Мясо тушенное с овощами | 170                         | 11,310               | 15,427 | 18,580   | 253,755                           | 80             |
|                       | Компот из сухофруктов   | 150                         | 0,269                | 0,077  | 21,370   | 81,911                            | 162            |
|                       | Хлеб пшеничный          | 40                          | 3,070                | 0,850  | 16,740   | 97,500                            | 147            |
|                       | Хлеб ржаной             | 20                          | 1,320                | 0,200  | 8,400    | 38,000                            | 149            |
| Итого за обед         |                         | 580                         | 20,392               | 20,586 | 87,715   | 609,998                           |                |
| ПОЛДНИК               | Ряженка                 | 150                         | 4.35                 | 4.8    | 6        | 88.50                             | 251            |
|                       | Вафля                   | 20                          | 1.78                 |        | 14.6     | 67.2                              | 449            |
| Итого за полдник      |                         | 120                         | 5.68                 | 2.50   | 18.8     | 121.2                             |                |
| Итого за день:        |                         | 1120                        | 37,991               | 39,259 | 175,175  | 1203,170                          |                |

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

МЕНЮ на 9 июня 2025 года

День: понедельник

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

«УТВЕРЖДАЮ»

«УТВЕРЖДАЮ»

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ СОШ

г. Сосновы Солонец

А.М. Козлов

| Прием пищи            | Наименование блюда      | Вес<br>блюда<br>(в граммах) | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) | №<br>рецептуры |
|-----------------------|-------------------------|-----------------------------|----------------------|--------|----------|-----------------------------------|----------------|
|                       |                         |                             | Белки                | Жиры   | Углеводы |                                   |                |
| НЕДЕЛЯ 1              |                         |                             |                      |        |          |                                   |                |
| ДЕНЬ 1                |                         |                             |                      |        |          |                                   |                |
| ЗАВТРАК               | Каша манная молочная    | 200                         | 5,86                 | 9,95   | 26,8     | 221,38                            | 34             |
|                       | Кофе с молоком          | 180                         | 3,405                | 2,95   | 18,670   | 110,590                           | 151            |
|                       | Бутерброд с маслом      | 20\5                        | 1,58                 | 5,24   | 9,81     | 93,87                             | 3              |
| Итого за завтрак      |                         | 405                         | 10.845               | 18.140 | 55.280   | 425.840                           |                |
| 2-ой ЗАВТРАК          | Свежий фрукт, яблоко    | 95                          | 1,482                | 1,539  | 9,120    | 51,908                            |                |
| Итого за 2-ой завтрак |                         | 100                         | 0,4                  | 0,4    | 9,8      | 44                                |                |
| ОБЕД                  | Салат овощной           | 50                          | 0,630                | 3,560  | 6,049    | 57,248                            | 28             |
|                       | Суп фасолевый с м/пш.   | 250                         | 6,319                | 0,797  | 27,576   | 135,855                           | 39             |
|                       | Мясо тушенное с овощами | 200                         | 13,385               | 18,628 | 22,650   | 306,133                           | 80             |
|                       | Компот из сухофруктов   | 150                         | 0,269                | 0,077  | 21,370   | 81,911                            | 162            |
|                       | Хлеб пшеничный          | 30                          | 2,37                 | 0,3    | 14,49    | 70,5                              | 147            |
|                       | Хлеб ржаной             | 30                          | 1,543                | 0,918  | 10,020   | 52,014                            | 149            |
| Итого за обед         |                         | 730                         | 26.273               | 23.962 | 108.835  | 738.647                           |                |
| ПОЛДНИК               | Ряженка                 | 100                         | 3.90                 | 2.50   | 4.20     | 54.00                             | 251            |
|                       | Вафля                   | 20                          | 1.78                 |        | 14.6     | 67.2                              | 449            |
| Итого за полдник      |                         | 120                         | 5.68                 | 2.50   | 18.8     | 121.2                             |                |
| Итого за день:        |                         |                             |                      |        |          |                                   |                |

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