

**МЕНЮ на 11 февраля 2025 года**  
День: вторник  
Возрастная категория: от 1.5 – 3 лет

«УТВЕРЖДАЮ»  
 Директор ГБОУ СОШ  
 с. Сосновый 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 2                     |                                |                             |                      |               |                |                                   |                |
| ДЕНЬ 2                       |                                |                             |                      |               |                |                                   |                |
| ЗАВТРАК                      | Каша манная молочная           | 150                         | 4,900                | 6,260         | 29,300         | 226,060                           | 390            |
|                              | Кофейный напиток на молоке     | 150                         | 2,837                | 2,474         | 15,570         | 92,004                            | 151            |
|                              | Бутерброд с маслом и сыром     | 20/5/5                      | 2,094                | 4,998         | 10,320         | 92,059                            | 1              |
| <b>Итого за завтрак</b>      |                                | <b>330</b>                  | <b>9,831</b>         | <b>13,732</b> | <b>55,190</b>  | <b>410,123</b>                    |                |
| 2-ой ЗАВТРАК                 | Свежий фрукт, яблоко           | 95                          | 1,482                | 1,539         | 9,120          | 51,908                            | 144            |
| <b>Итого за 2-ой завтрак</b> |                                | <b>95</b>                   | <b>1,482</b>         | <b>1,539</b>  | <b>9,120</b>   | <b>51,908</b>                     |                |
| ОБЕД                         | Салат из свеклы с маслом раст. | 40                          | 0,468                | 2,581         | 3,520          | 38,305                            | 17             |
|                              | Суп гороховый с м\пш.          | 150                         | 4,500                | 2,400         | 11,300         | 26,900                            | 21             |
|                              | Котлета рыбная                 | 50                          | 5,157                | 1,709         | 5,591          | 56,973                            | 66             |
|                              | Пюре картофельное              | 150                         | 2,640                | 4,730         | 19,890         | 127,721                           | 109            |
|                              | Компот из шиповника            | 150                         | 0,125                | 0,060         | 14,220         | 54,366                            | 158            |
|                              | Хлеб пшеничный                 | 40                          | 2,371                | 0,275         | 19,680         | 85,762                            | 147            |
|                              | Хлеб ржаной                    | 20                          | 1,320                | 0,200         | 8,040          | 38,000                            | 149            |
| <b>Итого за обед</b>         |                                | <b>600</b>                  | <b>16,581</b>        | <b>11,955</b> | <b>82,241</b>  | <b>428,027</b>                    |                |
| ПОЛДНИК                      | снежок                         | 150                         | 3,159                | 3,225         | 16,200         | 102,411                           | 15             |
|                              | Булочка сдобная                | 60                          | 4.53                 | 6.11          | 27.8           | 197.16                            | 9              |
| <b>Итого за полдник</b>      |                                | <b>210</b>                  | <b>7,689</b>         | <b>9,335</b>  | <b>44,000</b>  | <b>299,571</b>                    |                |
| <b>Итого за день:</b>        |                                | <b>1235</b>                 | <b>35,583</b>        | <b>36,561</b> | <b>190,551</b> | <b>1189,629</b>                   |                |

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

**МЕНЮ на 11 февраля 2025 года**

День: вторник

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ СОШ

с. Сосновый 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 2<br>ДЕНЬ 2    |                                |                             |                      |        |          |                                   |                |
| ЗАВТРАК               | Каша манная молочная           | 200                         | 5,86                 | 9,95   | 26,8     | 221,38                            | 34             |
|                       | Кофейный напиток на молоке     | 180                         | 3,405                | 2,95   | 18,670   | 110,590                           | 151            |
|                       | Бутерброд с маслом и сыром     | 20\5\10                     | 2,094                | 4,998  | 10,320   | 92,059                            | 1              |
| Итого за завтрак      |                                | 415                         | 11.359               | 17.898 | 55.790   | 424.029                           |                |
| 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 из свеклы с маслом раст. | 50                          | 0,585                | 3,480  | 7,394    | 61,384                            | 16             |
|                       | Суп гороховый с м\лт.          | 250                         | 7,110                | 2,350  | 29,258   | 159,310                           | 44             |
|                       | Котлета рыбная                 | 80                          | 21,7                 | 6,23   | 5,17     | 165,27                            | 43             |
|                       | Пюре картофельное              | 170                         | 2,991                | 5,655  | 22,580   | 147,531                           | 109            |
|                       | Компот из шиповника            | 150                         | 0,125                | 0,060  | 14,220   | 54,366                            | 158            |
|                       | Хлеб пшеничный                 | 30                          | 2,37                 | 0,3    | 14,49    | 70,5                              | 147            |
|                       | Хлеб ржаной                    | 50                          | 3,3                  | 0,6    | 16,7     | 87                                | 149            |
| Итого за обед         |                                | 780                         | 38.181               | 18.675 | 104.642  | 745.361                           |                |
| ПОЛДНИК               | снежок                         | 180                         | 7,2                  | 5,76   | 7,56     | 120,6                             | 35             |
|                       | Булочка сдобная                | 90                          | 6,79                 | 9,16   | 41,7     | 295,75                            | 9              |
| Итого за полдник      |                                | 270                         | 13.99                | 14.92  | 49.260   | 416.35                            |                |
| Итого за день:        |                                | 1565                        | 63.930               | 51.893 | 219.492  | 1629.74                           |                |

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