

МЕНЮ на 15 мая 2025 года

День: четверг

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 |                                   |                |
| ЗАВТРАК               | Суп вермишелевый молочный  | 150                         | 0,012                | 2,104  | 4,016    | 34,041                            | 55             |
|                       | Кофейный напиток           | 150                         | 2,837                | 2,474  | 15,570   | 92,004                            | 151            |
|                       | Бутерброд с маслом, сыром  | 20/5/5                      | 2,094                | 4,998  | 10,320   | 92,059                            | 1              |
| Итого за завтрак      |                            | 330                         | 4,943                | 9,576  | 29,906   | 218,104                           |                |
| 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                            | 17             |
| ОБЕД                  | Салат Свекольный           | 20                          | 0,321                | 1,739  | 1,216    | 21,496                            | 36             |
|                       | Свекольник из курицы       | 150                         | 1,105                | 2,363  | 8,640    | 58,088                            | 108            |
|                       | Тефтели мясные             | 150                         | 9,438                | 13,481 | 24,020   | 249,156                           | 85             |
|                       | Каша гречневая рассыпчатая | 150                         | 0,360                | 0,000  | 22,800   | 92,500                            | 162            |
|                       | Компот из сухофруктов      | 40                          | 3,070                | 0,850  | 16,740   | 97,500                            | 147            |
|                       | Хлеб пшеничный             | 20                          | 1,320                | 0,200  | 8,040    | 38,000                            | 149            |
|                       | Хлеб ржаной                | 530                         | 15,614               | 18,633 | 81,456   | 556,740                           |                |
| Итого за обед         |                            |                             |                      |        |          |                                   |                |
| ПОЛДНИК               | Капуста тушеная            | 200                         | 3,632                | 7,979  | 17,620   | 152,417                           | 116            |
|                       | хлеб                       | 30                          | 2,37                 | 0,3    | 14,49    | 70,5                              | 147            |
|                       | Чай с сахаром              | 180                         | 0,14                 | 0,000  | 12,636   | 47,947                            | 152            |
| Итого за полдник      |                            | 410                         | 6,142                | 8,279  | 32,110   | 270,864                           |                |
| Итого за день:        |                            | 1375                        | 31,997               | 36,910 | 155,003  | 1127,627                          |                |

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

**МЕНЮ на 15 мая 2025 года**  
 День: четверг  
 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 1<br>ДЕНЬ 1    |                            |                             |                      |        |          |                                   |                |
| ЗАВТРАК               | Суп вермишелевый молочный  | 250                         | 7,160                | 8,222  | 30,642   | 217,544                           | 55             |
|                       | Кофейный напиток           | 180                         | 3,405                | 2,995  | 18,670   | 110,590                           | 151            |
|                       | Бутерброд с маслом, сыром  | 20\5\10                     | 2,094                | 4,998  | 10,320   | 92,059                            | 1              |
| Итого за завтрак      |                            | 465                         | 12.659               | 16.215 | 59.632   | 420.193                           |                |
| 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 Свекольный           | 50                          | 0,585                | 3,480  | 7,394    | 61,384                            | 16             |
|                       | Свекольник из курицы       | 250                         | 2,268                | 5,380  | 10,982   | 98,677                            | 36             |
|                       | Тефтели мясные             | 70                          | 8,85                 | 6,64   | 4,53     | 118,11                            | 111            |
|                       | Каши гречневая рассыпчатая | 150                         | 7,111                | 8,429  | 41,184   | 258,745                           | 85             |
|                       | 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                | 50                          | 3,3                  | 0,6    | 16,7     | 87                                | 149            |
| Итого за обед         |                            | 750                         | 24.753               | 24.906 | 95.280   | 776.327                           |                |
| ПОЛДНИК               | Капуста тушеная            | 200                         | 3,632                | 7,979  | 17,620   | 152,417                           | 116            |
|                       | хлеб                       | 30                          | 2,37                 | 0,3    | 14,49    | 70,5                              | 147            |
|                       | Чай с сахаром              | 180                         | 0,14                 | 0,000  | 12,636   | 47,947                            | 152            |
| Итого за полдник      |                            | 410                         | 6.142                | 8.279  | 53.025   | 270.864                           |                |
| Итого за день:        |                            | 1725                        | 43.954               | 49.800 | 217.737  | 1511.384                          | -              |

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