

МЕНЮ на 27 июня 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<br>блюда<br>(в граммах) | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) | №<br>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<br>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.

МЕНЮ на 27 июня 2025 года

День: пятница

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ СОШ

с. Сословый 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               | Каша пшеничная молочная                     | 250                         | 7,346                | 8,113   | 32,445   | 224,065                           | 91             |
|                       | какао на молоке                             | 180                         | 4,231                | 3,935   | 19,86    | 126,808                           | 150            |
|                       | Бутерброд с маслом                          | 20\5                        | 1,58                 | 5,24    | 9,81     | 93,87                             | 3              |
| Итого за завтрак      |                                             | 455                         | 13.157               | 17.288  | 62.115   | 444.743                           |                |
| 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 белокачанной капусты<br>с морковью | 50                          | 0,321                | 1,739   | 1,216    | 21,496                            | 23             |
|                       | Рассольник с м/пт.                          | 250                         | 1,877                | 4,724   | 14,304   | 103,663                           | 46             |
|                       | Плов из м/пт.                               | 200                         | 13,385               | 19,109  | 36,100   | 360,897                           | 57             |
|                       | кисель                                      | 200                         | 0,000                | 0,000   | 19,6     | 80,000                            | 122            |
|                       | 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                         | 21.253               | 102.933 | 102.410  | 723.556                           |                |
| ПОЛДНИК               | Ряженка                                     | 100                         | 3,90                 | 2,50    | 4,20     | 54,00                             | 35             |
|                       | Вафля                                       | 20                          | 1,78                 |         | 14,6     | 67,2                              | 449            |
| Итого за полдник      |                                             | 280                         | 14.59                | 12.740  | 51.01    | 386.590                           |                |
| Итого за день:        |                                             | 1615                        | 49.400               | 133.361 | 225.335  | 1598.889                          |                |

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