МЕНЮ на 21 октября 2026 года
День: среда
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		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3							
ЗАВТРАК	Каша «Дружба» молочная	150	4,145	4,721	20,030	134,176	93
	Какао на молоке	150	3,526	3,241	16,550	105,334	150
	Бутерброд с маслом и сыром	20/5/5	2,094	4,998	10,320	92,059	1
Итого за завтрак		**330**	**9,765**	**12,960**	**46,900**	**331,569**	
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 белокочанной капусты и моркови	20	0.321	1.739	1.216	21.496	23
	Суп «Крестьянский» с м\пт.	150	1,165	2,404	7,866	55,790	51
	Капуста тушенная с м./пт.	170	3,005	6,996	13,900	127,106	116
	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		**550**	**9,241**	**12,189**	**70,562**	**432,392**	
ПОЛДНИК	Творожная запеканка						
	Чай с сахаром	120	17,854	15,054	19,540	280,173	133
Итого за полдник		180	0,094	0,000	0,041	0,528	155
Итого за день:		**300**	**22.604**	**19.083**	**36.296**	**398.279**	

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

МЕНЮ на 21 октября 2026 года
День: среда
Возрастная категория: от 3 до 7 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*		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3							
ЗАВТРАК	*Каша «Дружба» молочная*	*250*	*6,950*	*8,227*	*32,922*	*225,298*	*93*
	Какао на молоке	*180*	*4,231*	*3,935*	*19,86*	*126,808*	*150*
	Бутерброд с маслом и сыром	*20\5\10*	*2,094*	*4,998*	*10,320*	*92,059*	*1*
Итого за завтрак		***465***	***13.275***	***17.160***	***63.102***	***444.165***	
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 белокочанной капусты и моркови*	*50*	*0,321*	*1,739*	*1,216*	*21,496*	*23*
	Суп «Крестьянский» с м\пт.	*250*	*1,899*	*4,759*	*12,676*	*97,962*	*51*
	Капуста тушенная с м./пт.	*200*	*3,632*	*7,979*	*17,620*	*152,417*	*116*
	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***	***11.522***	***15.377***	***82.302***	***509.375***	
ПОЛДНИК	*Творожная запеканка*	*150*	*18.790*	*12.995*	*20.550*	*269.175*	*130*
	Чай с сахаром	*180*	*0,14*	*0,000*	*12,636*	*47,947*	*152*
Итого за полдник		***330***	***22.604***	***19.083***	***36.296***	***398.279***	
Итого за день:		***1675***	***47.801***	***52.020***	***191.500***	***1395.819***	

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