МЕНЮ на 27 октября 2026 года
День: **вторник**
Возрастная категория: от 1,5 до 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		
ЗАВТРАК	Каша молочная «Дружба»	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 сыром и маслом	20/5/5	2,094	4,998	10,320	92,059	1
Итого за завтрак							
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 Луковой	20	0,266	1,800	1,400	22,666	26
	Суп с клецками с м/пт.	150	2,092	2,354	14,056	82,261	42
	Котлета рыбная	50	5,157	1,709	5,591	56,973	66
	Картофельное пюре	150	2,640	4,730	19,890	127,721	109
	Компот из свежих яблок	150	0,103	0,114	18,200	69,684	159
	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							
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	60	4,303	5,930	36,804	208,608	
	Чай с сахаром	180	0,094	0,000	0,041	0,528	143
Итого за полдник		**240**	**4.443**	**5.930**	**36,845**	**209,136**	155
Итого за день:		**1250**	**28,986**	**31,047**	**177,462**	**1079,510**	

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

Утверждено
Директор ГБОУ СОШ
с. Сергиевск Самарск
_____ А.М. Кулов

МЕНЮ на 27 октября 2026 года
День: вторник
Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (в граммах)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1							
ЗАВТРАК	Каша молочная «Дружба»	250	6,950	8,227	32,922	221,38	93
	Какао на молоке	180	4,231	3,935	19,86	110,590	150
	Бутерброд с сыром и маслом	20\5\10	2,094	4,998	10,320	93,87	1
Итого за завтрак		**465**	**13.275**	**17.190**	**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 Луковой	30	0,399	2,7	2,1	33,999	26
	Суп с клецками с м/пт.	250	3,384	4,478	22,483	138,151	42
	Котлета рыбная	70	7,344	2,456	7,884	81,048	66
	Картофельное пюре	170	2,991	5,655	22,580	147,531	109
	Компот из свежих яблок	150	0,103	0,114	18,200	69,684	159
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	70.5	143
	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	16.7	87	149
Итого за обед		**750**	**19.891**	**16.303**	**104.437**	**627.913**	
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	60	4,303	5,930	36,804	208,608	143
	Чай с сахаром	180	0,14	0,000	12,636	47,947	152
Итого за полдник		**240**	**4.443**	**5.930**	**49.440**	**256.555**	
Итого за день:		**1.555**	**33.566**	**33.893**	**177.339**	**1116.078**	

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