Ежедневное меню основного питания
СП «Детский сад Ивушка»
ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
23.01.2023г.

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
_____ В.Н. Ромаданов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Икра кабачковая	**60**	**46,80**
	Макаронные изделия отварные с маслом	**150**	**203**
	Сок фруктовый	**180**	**123,00**
Итого за завтрак		**390**	**372,8**
Обед	Суп гречневый мясной	**180**	**123,74**
	Рис отварной, соус, колбасные изделия отварные	**150/75/50**	**126,4/60/100,21**
	Компот из с/ф + С витаминизация	**180**	**148,32**
	Хлеб пшеничный	**50**	**117,5**
	Хлеб ржаной	**40**	**79,6**
Итого за обед		**725**	**755,77**
Уплотненный полдник	Каша вязкая ячневая молочная	**200**	**204**
	Напиток из плодов шиповника	**180**	**79,00**
Итого за уплотненный полдник		**380**	**283**
Итого за день:		**1495**	**1411,57**

Ежедневное меню основного питания
СП «Детский сад Ивушка»
ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
24.01.2023г.

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
_____ В.Н. Ромаданов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Яйца варенные	**40**	**63**
	Плюшка	**100**	**328,25**
	Чай с сахаром	**180/12**	**43**
Итого за завтрак		**332**	**434,25**
Обед	Суп крестьянский мясной со сметаной	**180**	**86,4**
	Каша перловая рассыпчатая, гуляш	**150/50**	**206,9/78,64**
	Компот из св.яблок	**180**	**88,72**
	Хлеб пшеничный	**50**	**117,5**
	Хлеб ржаной	**40**	**79,6**
Итого за обед		**650**	**657,76**
Уплотненный полдник	Салат из св.моркови с изюмом	**60**	**66,22**
	Оладьи с повидлом	**150/15**	**421,46**
	Кисель	**200**	**46,5**
Итого за уплотненный полдник		**425**	**534,18**
Итого за день:		**1407**	**1626,19**

Ежедневное меню основного питания
СП «Детский сад Ивушка»
ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
25.01.2023г.

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
_____В.Н. Ромаданов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Печенье	**30**	**90,16**
	Суп молочный с крупой	**180**	**139,5**
	Кофейный напиток	**180**	**91,00**
	Хлеб пшеничный	**50**	**117,5**
Итого за завтрак		**440**	**436,16**
Обед	Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	**180**	**105,67**
	Жаркое по-домашнему	**180**	**204,5**
	Компот из с/ф	**180**	**148,32**
	Хлеб пшеничный	**50**	**117,5**
	Хлеб ржаной	**40**	**79,6**
Итого за обед		**630**	**655,59**
Уплотненный полдник	Ленивые вареники с молочным соусом	**130/50**	**290,9**
	Чай с лимоном	**180/10/7**	**41,00**
Итого за уплотненный полдник		**377**	**331,9**
Итого за день:		**1437**	**1423,65**

Ежедневное меню основного питания
СП «Детский сад Ивушка»
ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
26.01.2023г.

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
_____ В.Н. Ромаданов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Сыр порционно	**15**	**54**
	Каша вязкая молочная «Дружба»	**180**	**258,93**
	Какао	**180**	**107**
Итого за завтрак		**375**	**419,93**
Обед	Суп вермишелевый мясной	**180**	**106,56**
	Картофельное пюре, рыба жареная	**150/70**	**157,5/93,21**
	Компот из св.яблок	**180**	**88,72**
	Хлеб пшеничный	**50**	**117,5**
	Хлеб ржаной	**40**	**79,6**
Итого за обед		**670**	**643,09**
Уплотненный полдник	Вафли	**30**	**157,5**
	Голубцы с мясом (ленивые)	**150**	**244,5**
	Напиток лимонный	**180**	**86,4**
	Хлеб пшеничный	**50**	**117,5**
Итого за уплотненный полдник		**410**	**605,9**
Итого за день:		**1455**	**1668,92**

Ежедневное меню основного питания
СП «Детский сад Ивушка»
ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
27.01.2023г.

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
_____В.Н. Ромаданов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша вязкая рисовая молочная	**180**	**230,4**
	Чай с сахаром	**180/12**	**43**
	Батон	**30**	**79,2**
Итого за завтрак		**402**	**352,6**
Обед	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	**180**	**139,6**
	Макаронные изделия отварные, гуляш	**150/50**	**197,35/78,64**
	Компот из с/ф + С витаминизация	**180**	**148,32**
	Хлеб пшеничный	**50**	**117,5**
	Хлеб ржаной	**40**	**79,6**
Итого за обед		**650**	**761,01**
Уплотненный полдник	Винегрет с фасолью	**50**	**62,6**
	Пирог	**60**	**168**
	Компот из изюма	**180**	**148,32**
Итого за уплотненный полдник		**290**	**378,92**
Итого за день:		**1342**	**1492,53**