Ежедневное меню основного питания
для детей 3-7 лет
СП «Детский сад Ивушка»
ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
27.11.2023г.

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Батон	**30**	**79,2**
	Каша вязкая пшеничная	**180**	**260,1**
	Сок фруктовый	**180**	**123,00**
Итого за завтрак		**390**	**394,06**
Обед	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы (фасолевый)	**180**	**101,8**
	Плов с мясом	**150**	**285**
	Компот из с/ф + С витаминизация	**180**	**148,32**
	Хлеб пшеничный	**50**	**117,5**
	Хлеб ржаной	**40**	**79,6**
Итого за обед		**600**	**732,22**
Уплотненный полдник	Икра кабачковая	**60**	**46,80**
	Макаронные изделия отварные с маслом	**180**	**243,6**
	Напиток из плодов шиповника	**180**	**79,00**
Итого за уплотненный полдник		**420**	**369,4**
Итого за день:		**1410**	**1495,68**

Ежедневное меню основного питания
для детей 3-7 лет
СП «Детский сад Ивушка»
ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
28.11.2023г.

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Бутерброды с повидлом	**50**	**161**
	Гречка отварная рассыпчатая	**150/35**	**297,25**
	Молоко с сахаром	**180**	**43**
Итого за завтрак		**415**	**135,2**
Обед	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы (гороховый)	**180**	**137,55**
	Капуста, тушенная с мясом	**180**	**229**
	Компот из с/ф	**180**	**148,32**
	Хлеб пшеничный	**50**	**117,5**
	Хлеб ржаной	**40**	**79,6**
Итого за обед		**630**	**711,97**
Уплотненный полдник	Салат из свежей моркови с черносливов	**60**	**56,8**
	Блины с повидлом	**75/10**	**234**
	Чай с сахаром	**180/12**	**43**
Итого за уплотненный полдник		**327,1**	**343,22**
Итого за день:		**1372,1**	**1667,64**

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

Ежедневное меню основного питания
для детей 3-7 лет
СП «Детский сад Ивушка»
ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
29.11.2023г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша вязкая молочная «Дружба»	**180**	**258,93**
	Какао	**180**	**107**
Итого за завтрак		**360**	**365,93**
Обед	Рассольник ленинградский мясной со сметаной	**180**	**133,69**
	Рагу овощное с мясом	**180**	**150**
	Компот из с/ф	**180**	**148,32**
	Хлеб пшеничный	**50**	**117,5**
	Хлеб ржаной	**40**	**79,6**
Итого за обед		**630**	**629,11**
Уплотненный полдник	Яблоко	**100**	**44**
	Сырники творожные со сгущенным молоком	**150/20**	**498,3**
	Кисель	**200**	**46,5**
Итого за уплотненный полдник		**410**	**588,8**
Итого за день:		**1460**	**1583,84**

Ежедневное меню основного питания
для детей 3-7 лет
СП «Детский сад Ивушка»
ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
30.11.2023г.

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша молочная кукурузная	**150**	**194,36**
	Чай с сахаром	**180/12**	**43**
	Батон	**30**	**79,2**
Итого за завтрак		**372**	**316,56**
Обед	Огурец св. порционно	**60**	**8,4**
	Борщ из свежей капусты, с мясом и со сметаной	**180**	**204,57**
	Кулеш с мясом из перловой крупы	**150**	**280,6**
	Компот из с/ф+ С витаминизация	**180**	**148,32**
	Хлеб пшеничный	**50**	**117,5**
	Хлеб ржаной	**40**	**79,6**
Итого за обед		**660**	**838,99**
Уплотненный полдник	Рыба, тушенная в сметанном соусе	**80/20**	**138,2**
	Картофель отварной	**150**	**157,7**
	Напиток из плодов шиповника	**180**	**79,00**
Итого за уплотненный полдник		**430**	**374,9**
Итого за день:		**1462**	**1530,45**

Ежедневное меню основного питания
для детей 3-7 лет
СП «Детский сад Ивушка»
ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
01.12.2023г.

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша из смеси круп с яблоками	**200**	**273**
	Кофейный напиток	**180**	**91**
	Батон	**30**	**79,2**
Итого за завтрак		**410**	**443,2**
Обед	Суп «Харчо» с мясом и со сметаной	**180**	**129,42**
	Макаронные изделия отварные с овощами	**150**	**203**
	Компот из с/ф	**180**	**148,32**
	Хлеб пшеничный	**50**	**117,5**
	Хлеб ржаной	**40**	**79,6**
Итого за обед		**600**	**677,84**
Уплотненный полдник	Омлет натуральный с маслом	**150**	**265,23**
	Чай с сахаром	**180/12**	**43**
		372	**465,73**
Итого за уплотненный полдник		**1382**	**1586,77**