

Ежедневное меню основного питания

СП «Детский сад Ивушка»

ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино

09.01.2025г.

Утверждаю

И.о. директора ГБОУ СОШ с. Среднее

Аверкино

С.О. Ахтерякова



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
Уплотненный полдник	Рыба, тушенная с овощами	80	74,00
	Картофель отварной	150	157,7
	Напиток из плодов шиповника	180	79,00
Итого за уплотненный полдник		410	310,7
Итого за день:		1442	1466,25

СП «Детский сад Ивушка»
ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино
10.01.2025г.

Утверждаю

И.о.директора ГБОУ СОШ с. Среднее

Аверкино

С.О. Ахтерякова



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша вязкая пшениная молочная	180	191,7
	Кофейный напиток	180	91
	Батон	30	79,2
Итого за завтрак		390	361,9
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	Вафли	30	157,5
	Омлет натуральный с маслом	150	265,23
	Чай с сахаром	180/12	43
Итого за уплотненный полдник		372	465,73
Итого за день:		1362	1505,47

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

Утверждаю
И.о. директора ГБОУ СОШ с. Среднее
Аверкино
С.О. Ахтерякова



13.01.2025г.

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 крестьянский мясной со сметаной	180	86,4
	Плов с изюмом	150	306
	Компот из свежих яблок	180	148,32
	Хлеб пшеничный	50	117,5
	Хлеб ржаной	40	79,6
	Итого за обед		600
Уплотненный полдник	Каша «Горошница»	150	170
	Напиток из плодов шиповника	180	79,00
	Хлеб пшеничный	50	117,5
Итого за уплотненный полдник		380	366,5
Итого за день:		1370	1477,12

Ежедневное меню основного питания

Утверждаю

СП «Детский сад Ивушка»

И.о. директора ГБОУ СОШ с. Среднее

ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино

Аверкино

14.01.2025г.



С.О. Ахтерякова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Бутерброды с сыром	50	180
	Яйца вареные	40	63
	Йогурт	150	88,5
Итого за завтрак		240	331,5
Обед	Суп –лапша домашняя	180	88,02
	Каша гречневая, соус, сосиски	150/75/50	93,0/60/100,21
	Компот из кураги	180	148,32
	Хлеб пшеничный	50	117,5
	Хлеб ржаной	40	79,6
Итого за обед		725	686,65
Уплотненный полдник	Оладьи со сгущенным молоком	150/15	421,46
	Кисель	200	46,5
Итого за уплотненный полдник		365	467,96
Итого за день:		1330	1486,11

Ежедневное меню основного питания

Утверждаю

СП «Детский сад Ивушка»

И.о. директора ГБОУ СОШ с. Среднее

ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино

Аверкино

15.01.2025г.



С.О. Ахтерьякова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	180	168,3
	Какао	180	107
	Батон	30	79,2
Итого за завтрак		390	354,5
Обед	Щи из свежей капусты, с мясом и со сметаной	180	105,67
	Кулеш с мясом из смеси круп (перловая)	150	280,6
	Компот из с/ф	180	148,32
	Хлеб пшеничный	50	117,5
	Хлеб ржаной	40	79,6
Итого за обед		600	731,69
Уплотненный полдник	Вафли	30	157,5
	Ленивые вареники с молочным соусом	130/50	290,9
	Чай с сахаром	180/12	43
Итого за уплотненный полдник		402	491,4
Итого за день:		1392	1577,59

Ежедневное меню основного питания

Утверждаю

СП «Детский сад Ивушка»

И.о. директора ГБОУ СОШ с. Среднее

ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино

Аверкино

16.01.2025г.

С.О. Ахтерякова



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Бутерброды с повидлом	50	161
	Каша вязкая пшеничная	180	260,1
	Кисель	200	46,5
Итого за завтрак		430	467,6
Обед	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы (гороховый)	180	137,55
	Рыба, припущенная с овощами	80	36,00
	Картофельное пюре	150	157,5
	Компот из изюма + С витаминизация	180	148,32
	Хлеб пшеничный	50	117,5
	Хлеб ржаной	40	79,6
Итого за обед		680	676,47
Уплотненный полдник	Салат из ст. свеклы	50	46,95
	Рис отварной с маслом	180	151,68
	Сок фруктовый	180	123,00
Итого за уплотненный полдник		410	321,63
Итого за день:		1520	1465,7

Ежедневное меню основного питания

Утверждаю

СП «Детский сад Ивушка»

И.о. директора ГБОУ СОШ с. Среднее

ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино

Аверкино

17.01.2025г.



С.О. Ахтерякова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Суп молочный с крупой	180	139,5
	Кофейный напиток	180	91,00
	Хлеб	50	117,5
Итого за завтрак		410	348
Обед	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы (фасолевый)	180	101,8
	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
	Лапшевник	200	246,6
	Чай с сахаром	180/12	43
Итого за уплотненный полдник		392	289,6
Итого за день:		1432	1313,82