

Ежедневное меню основного питания

Утверждаю

СП «Детский сад Ивушка»

И.о. директора ГБОУ СОШ с. Среднее

ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино

Аверкино

20.01.2025г.



С.О. Ахтерякова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Бутерброды с повидлом	50	161
	Гречка отварная рассыпчатая	150/35	297,25
	Чай с сахаром	180/12	43
Итого за завтрак		427	501,25
Обед	Суп картофельный с клецками с мясом	180	139,6
	Плов с изюмом	150	306
	Компот из с/ф+ С витаминизация	180	148,32
	Хлеб пшеничный	50	117,5
	Хлеб ржаной	40	79,6
	Итого за обед		600
Уплотненный полдник	Каша перловая рассыпчатая	150	206,9
	Напиток из плодов шиповника	180	79,00
	Хлеб пшеничный	50	117,5
Итого за уплотненный полдник		380	403,4
Итого за день:		1407	1695,67

Ежедневное меню основного питания

Утверждаю

СП «Детский сад Ивушка»

И.о. директора ГБОУ СОШ с. Среднее

ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино

Аверкино

21.01.2025г.



С.О. Ахтерякова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Сыр порционно	15	54
	Макаронные изделия отварные с маслом	180	236,83
	Сок фруктовый	180	123,00
Итого за завтрак		375	413,83
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
Уплотненный полдник	Салат витаминный	50	21,496
	Блины с повидлом	75/10	234
	Чай с лимоном	180/10/7	41,00
Итого за уплотненный полдник		332	296,496
Итого за день:		1297	1339,436

22.01.2025г.

Утверждаю

Ежедневное меню основного питания

И.о.директора ГБОУ СОШ с. Среднее

СП «Детский сад Ивушка»

Аверкино

ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино



С.О. Ахтерьякова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша ячневая молочная	180	199,8
	Молоко с сахаром	180	135,2
Итого за завтрак		360	335
Обед	Борщ из свежей капусты с мясом и со сметаной	180	204,57
	Плов с мясом	150	285
	Компот из курага	180	148,32
	Хлеб пшеничный	50	117,5
	Хлеб ржаной	40	79,6
Итого за обед		600	834,99
Уплотненный полдник	Печенье	30	90,16
	Сырники творожные со сгущ. молоком	140/30	475,3
	Чай с сахаром	180/12	43
Итого за уплотненный полдник		392	608,46
Итого за день:		1352	1778,45

Ежедневное меню основного питания

Утверждаю

СП «Детский сад Ивушка»

И.о. директора ГБОУ СОШ с. Среднее

ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино

Аверкино

23.01.2025г.

С.О. Ахтерякова



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша вязкая манная молочная	180	278,73
	Йогурт	150	88,5
	Батон	30	79,2
Итого за завтрак		360	443,3
Обед	Суп картофельный с бобовыми с мясом (гороховый)	180	137,55
	Гречка отварная рассыпчатая, гуляш	180/50	170,46
	Компот из с/ф +С витаминизация	180	148,32
	Хлеб пшеничный	50	117,5
	Хлеб ржаной	40	79,6
	Итого за обед		680
Уплотненный полдник	Вафли	30	157,5
	Суп- уха	180	112,8
	Напиток из плодов шиповника	180	79,00
	Хлеб пшеничный	50	117,5
Итого за уплотненный полдник		440	466,8
Итого за день:		1480	1563,53

Ежедневное меню основного питания

СП «Детский сад Ивушка»

ГБОУ СОШ с. Среднее Аверкино

24.01.2025г.

Утверждаю

И.о.директора ГБОУ СОШ с. Среднее

Аверкино



С.О. Ахтерякова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Бутерброды с сыром	50	180
	Омлет натуральный с маслом	150	265,23
	Чай с сахаром	180/12	43
Итого за завтрак		392	488,23
Обед	Суп «Харчо» с мясом и со сметаной	180	129,42
	Макаронные изделия отварные, гуляш	150/50	197,35/78,64
	Компот из изюма	180	148,32
	Хлеб пшеничный	50	117,5
	Хлеб ржаной	40	79,6
	Итого за обед		650
Уплотненный полдник	Яблоки	100	44
	Каша пшеничная молочная	180	191,7
	Напиток апельсиновый	150	71,0
Итого за уплотненный полдник		430	306,7
Итого за день:		1472	1545,06