

C=RU, O="СПДС "" Дружные ребята"" ГБОУ СОШ №7", CN=Логинова Ю.П., E=cu_doo7zhg@63edu.ru
00abdadd4edf82a97a
2026-11-09 09:09:51

Меню на 02 ноября 2026 год (возрастная группа с 3-7 лет)

Понедельник

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход Г	Пищевые вещества			Энергценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,46	4,34	31,69	183,6
	Икра кабачковая	50	0,500	3,5	3,5	50,0
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,0
	Чай б/сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,5
	ИТОГО	**420**	**7,77**	**15,48**	**49,88**	**372,1**
	2 завтрак					
	Сок фрукт. промышленного производства	180	0,74	0,17	17,0	86,4
	ИТОГО	**180**	**0,74**	**0,17**	**17,0**	**86,4**
	Обед					
	Витаминный стол: чеснок	2	0	0	0,006	0,023
	Борщ красный со сметаной	250	2,29	4,69	17,69	117,74
	Котлеты, рубленные из птицы	80	14,36	19,3	19,9	328
	Макароны отварные с маслом	150	6,81	4,17	32,68	195,3
	Компот из с/фруктов	180	0,39	0,018	24,9	101,7
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0
	ИТОГО	**730**	**23,57**	**26,32**	**115,98**	**931,63**
	Уплотнённый полдник					
	Каша кукурузная вязкая	200	6,21	5,28	27,9	184,0
	Морковь тертая с сахаром	50	0,487	0,041	7,304	29,708
	Н-к из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79,0
	Булочка домашняя	60	4,3	5,93	36,8	208,6
	ИТОГО	**490**	**11,607**	**11,501**	**90,674**	**501,308**
	Всего за день:	**1750**	**43,69**	**53,47**	**273,53**	**1891,4**

Меню на 02 ноября 2026 год (возрастная группа до 3-х лет)

Понедельник

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход Г	Пищевые вещества			Энерг ценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
	Каша гречневая рассыпчатая	100	3,0	3,0	21,12	122,4
	Икра кабачковая	40	0,416	2,9	2,9	41,66
	Бутерброд с маслом	25	1,2	3,8	7,31	68,0
	Чай б/сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,5
	ИТОГО	**345**	**4,976**	**9,79**	**31,4**	**234,56**
	2 завтрак					
	Сок фрукт.промышлен. Производства	180	0,74	0,17	17,0	86,4
	ИТОГО	**180**	**0,74**	**0,17**	**17,0**	**86,4**
	Обед					
	Витаминный стол: чеснок	2	0	0	0,006	0,023
	Борщ красный со сметаной	150	2,29	4,69	17,69	65,45
	Котлеты, рубленные из птицы	70	11,6	13,14	13,4	223
	Соус сметанный	30	0,25	1,5	1,8	22,5
	Макароны отварные с маслом	100	3,455	4,650	28,250	161,605
	Компот из с/фруктов	150	0,33	0,015	20,83	84,75
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,6	47,0
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
	ИТОГО	**562**	**22,145**	**24,675**	**104,936**	**673,928**
	Уплотнённый полдник					
	Морковь тертая с сахаром	40	0,385	0,032	5,616	22,892
	Каша кукурузная вязкая	150	4,67	4,86	20,94	146,0
	Н-к из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	61,0
	Булочка домашняя	50	3,58	4,94	30,67	173,84
	Яблоко	120	0,6	0,6	14,7	70,5
	ИТОГО	**510**	**9,745**	**10,642**	**86,156**	**474,232**
	Всего за день:	**1597**	**37,62**	**45,27**	**239,5**	**1469,12**