C=RU, O="СПДС "" Дружные ребята"" ГБОУ СОШ №7", CN=Логинова Ю.П., E=cu_doo7zhg@63edu.ru
00abdadd4edf82a97a
2026-11-09 09:11:08

Меню на 05 ноября 2026 год (возрастная группа с 3-7 лет)
Четверг

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход Г	Пищевые вещества			Энергценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
	Суфле из творога	150	17,63	12,38	24,56	274,07
	Молоко сгущенное	30	1,75	2,12	14,1	96,15
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,0
	сыр	10	2,32	2,95	-	36,0
	Кофейный напиток злак.на молоке	180	3,405	2,995	18,67	110,59
	ИТОГО	**410**	**27,555**	**27,995**	**18,67**	**652,81**
	2 завтрак					
	Сок фруктовый промышленного производства	180	0,74	0,17	17,0	86,4
		180	**0,74**	**0,17**	**17,0**	**86,4**
	Обед					
	Салат из свеклы с солёным огурцом	50	0,47	3,5	3,08	44,78
	Суп картофельный с крупой	200	1,74	0,27	11,43	73,2
	сметана	10	0,125	1,0	0,17	16,0
	Котлеты, рубленные из птицы	80	4,36	19,3	19,9	328
	Куры отварные	65	13,4	14,88	0,38	188,92
	Капуста тушеная	150	2,72	5,98	13,21	114,31
	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,02	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	**750**	**15,475**	**30,97**	**103,88**	**835,49**
	Уплотнённый полдник					
	Фрукт/яблоко	100	0,487	0,041	7,304	47,0
	Каша пшенная на молоке	200	5,88	6,5	25,9	179,25
	Чай б/сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,5
	Рогалик с повидлом	60	4,33	5,93	43,04	232,13
	ИТОГО	**505**	**11,057**	**12,561**	**76,314**	**460,88**
	Всего за день:	**1845**	**54,82**	**71,69**	**215,86**	**2035,58**

Меню на 05 ноября 2026 год (возрастная группа до 3-х лет)
Четверг

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход Г	Пищевые вещества			Энергценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
	Суфле из творога	120	13,53	9,52	19,26	212,04
	Молоко сгущенное	20	1,75	2,12	14,1	64,1
	Бутерброд с маслом	25	1,2	3,8	7,31	68,0
	сыр	5	1,16	1,5	-	18,0
	Кофейный напиток злак.на молоке	150	2,837	2,474	15,57	92,004
	ИТОГО	**320**	**20,477**	**19,414**	**15,57**	**454,144**
	2 завтрак					
	Сок фруктовый промышленного производства	160	0,74	0,17	17,0	75,2
		160	**0,74**	**0,17**	**17,0**	**75,2**
	Обед					
	Салат из свеклы с солёным огурцом	40	0,38	2,58	2,5	34,17
	Суп картофельный с крупой	150	1,74	0,27	11,43	54,9
	сметана	9	0,075	0,6	0,1	14,4
	Куры отварные	55	11,39	12,51	0,23	159,01
	Капуста тушеная	120	2,18	4,78	10,57	91,45
	Компот из сухофруктов	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	**619**	**20,565**	**22,065**	**81,85**	**619,27**
	Уплотнённый полдник					
	Каша пшенная на молоке	150	5,88	6,5	25,96	134,64
	Чай б/сахара	150	0,36	0,09	0,07	2,1
	Фрукт/яблоко	100	0,385	0,032	5,616	47,0
	Рогалик с повидлом	50	3,61	4,94	35,87	193,44
	ИТОГО	415	**10,235**	**11,562**	**67,516**	**377,18**