C=RU, O="СПДС "" Дружные ребята"" ГБОУ СОШ №7", CN=Логинова Ю.П., E=cu_doo7zhg@63edu.ru
00abdadd4edf82a97a
2026-11-09 09:12:29

Меню на 10 ноября 2026 год (возрастная группа с 3-7 лет)

Вторник

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход Г	Пищевые вещества			Энергценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
	Каша манная с печеньем	200	5,9	6,4	17,4	146,9
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,0
	Какао на молоке	180	4,23	3,94	19,86	126,81
	ИТОГО	**420**	**13,32**	**18,78**	**72,62**	**441,17**
	2завтрак					
	Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,0
		180	**5,48**	**4,88**	**9,07**	**102,0**
	Обед					
	Икра морковная	50	1,1	2,3	5,44	46,85
	Борщ красный со сметаной	250	2,29	4,69	17,69	117,74
	Суфле из кур	120	11,90	11,32	0,835	271,2
	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	**670**	**19,79**	**19,10**	**72,49**	**694,3**
	Уплотненный полдник					
	Картофель отварной, запеченный в раст.масле	100	1,76	3,82	18,42	110,55
	Огурец солёный	40	0	0	1,6	6
	Чай б/сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,5
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,66	8,5	54,8
	Свежий фрукт	100	0,46	0,51	14,7	47,0
	ИТОГО	**580**	**4,28**	**5,08**	**43,29**	**220,85**
	Всего за день:	**1850**	**42,87**	**47,84**	**197,47**	**1458,32**

Меню на 10 ноября 2026 год (возрастная группа до 3-х лет)
Вторник

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход Г	Пищевые вещества			Энергценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
	Каша манная с печеньем	150	4,45	4,8	13,09	110,17
	Бутерброд с маслом	25	1,2	3,8	7,31	68,0
	Какао на молоке	150	3,53	3,24	16,55	105,33
	ИТОГО	**325**	**9,18**	**11,84**	**36,95**	**283,5**
	2 завтрак					
	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85,0
		150	**4,58**	**4,08**	**7,58**	**85,0**
	Обед					
	Икра морковная	40	0,88	1,84	4,35	37,48
	Борщ красный со сметаной	150	2,29	4,69	17,69	65,45
	Суфле из кур	100	10,42	13,58	1,002	223,56
	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	**500**	**17,93**	**20,85**	**60,28**	**527,85**
	Уплотненный полдник					
107	Картофель отварной, запеченный в раст.масле	100	1,76	3,82	18,42	110,55
	Огурец солёный	40	0	0	1,6	6
319	Чай б/сахара	150	0,36	0,09	0,07	2,1
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,6	47,0
	Свежий фрукт	75	0,3	0,3	7,35	33,0
	ИТОГО	**485**	**4**	**4,41**	**37,04**	**198,65**
	Всего за день:	**1460**	**35,69**	**41,18**	**141,85**	**1095,0**