

C=RU, O="СПДС "" Дружные ребята"" ГБОУ СОШ №7", CN=Логинова Ю.П., E=cu_doo7zhg@63edu.ru
00abdadd4edf82a97a
2026-11-09 09:13:30

Меню на 12 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					
	Творожная запеканка	150	18,79	12,99	20,55	269,17
	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**	**26,36**	**24,715**	**66,11**	**647,91**
	2 завтрак					
	Фрукт/яблоко	100	0,385	0,032	5,616	47,0
	ИТОГО	**100**	**0,385**	**0,032**	**5,616**	**47,0**
	Обед					
	Салат из свеклы с маслом	50	0,58	3,48	4,4	50,16
	Суп картоф.с клёцками	200	1,65	2,48	6,20	69,20
	сметана	10	0,125	1,0	0,17	16,0
	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	0,018	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	**735**	**24,535**	**28,738**	**80,45**	**697,79**
	Уплотнённый полдник					
	Каша рисовая молочная	200	2,17	3,89	22,51	134,0
	Чай б/сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,5
	вафля	20	0,52	0,68	18,6	107
	ИТОГО	**400**	**3,05**	**4,66**	**41,18**	**243,5**
	Всего за день:	**1845**	**54,34**	**58,13**	**193,36**	**1636,2**

Меню на 12 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					
	Творожная запеканка	120	15,07	10,29	16,82	215,9
	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**	**24,907**	**22,304**	**59,36**	**458,24**
	2 завтрак					
	Фрукт/яблоко	100	0,385	0,032	5,616	47,0
		100	**0,385**	**0,032**	**5,616**	**47,0**
	Обед					
	Салат из свеклы с маслом	40	0,47	2,58	3,52	38,3
	Суп картоф.с клёцками	150	1,24	1,86	4,65	51,9
	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	**584**	**19,905**	**23,025**	**62,86**	**556,41**
	Уплотнённый полдник					
	Каша рисовая молочная	155	1,64	3,82	19,9	109,0
	Чай б/сахара	150	0,36	0,09	0,07	2,1
	вафля	20	0,52	0,68	18,6	107
	ИТОГО	**325**	**2,52**	**4,59**	**38,57**	**218,1**
	Всего за день:	**1329**	**47,72**	**49,95**	**166,41**	**1279,75**