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

Меню на 13 ноября 2026 год (возрастная группа с 3-7 лет)
Пятница

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход Г	Пищевые вещества			Энергценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
	Суп молочный гречневый	200	5,97	5,48	17,08	141,6
	Кофейный напиток злак.на молоке	180	3,405	2,995	18,67	110,59
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,0
	ИТОГО	**315**	**11,395**	**20,585**	**39,76**	**383,31**
	2 завтрак					
	Сок фрукт.промышленн. Производства	180	0,74	0,17	17,0	86,4
	ИТОГО	**180**	**0,74**	**0,17**	**17,0**	**86,4**
	Обед					
	С-т из соленых огурцов	50	0,294	3,48	0,8	35,5
	Суп картофельный с макарон.изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,8
	сметана	11	0,28	1,65	0,036	17,6
	Котлеты, рубленные из птицы	80	4,36	19,3	19,9	328
	Картоф.пюре	140	2,86	4,48	10,07	128,1
	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	**741**	**15,454**	**32,398**	**94,906**	**852,2**
	Уплотнённый полдник					
	Плов с овощами	170	3,58	8,81	32,4	215,2
	Чай б/сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,5
	Рогалик с повидлом	60	4,33	5,93	43,04	233,12
	фрукт	100	0,31	0,34	9,8	41,1
	ИТОГО	**540**	**10,97**	**11,84**	**69,99**	**418,32**
	Всего за день:	**1906**	**38,56**	**65,0**	**221,66**	**1740,23**

Меню на 16 октября 2026 год (возрастная группа до 3-х лет)

Пятница

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход г	Пищевые вещества			Энергценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак					
	Суп молочный гречневый	150	4,5	4,11	12,81	106,2
	Кофейный напиток злак.на молоке	150	2,837	2,474	15,57	92,004
	Бутерброд с маслом	25	1,2	3,8	7,31	68,0
	ИТОГО	**255**	**8,457**	**14,494**	**28,04**	**270,974**
	2 завтрак					
	Сок фруктовый промышленного производства	150	0,73	0,16	14,97	72,0
	ИТОГО	**150**	**0,73**	**0,16**	**14,97**	**72,0**
	Обед					
	С-т из соленых огурцов	40	0,24	2,58	0,65	26,6
	Суп картофельный с макарон.изделиями	150	1,61	1,7	10,28	62,85
	сметана	9	0,075	0,6	0,1	14,4
	Котлеты, рубленные из птицы	70	11,64	13,14	13,46	223
	Картоф.пюре	120	2,45	3,84	16,35	109,80
	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	**599**	**20,12**	**22,464**	**80,264**	**638,0**
	Уплотнённый полдник					
	Плов с овощами	170	3,58	8,81	32,4	215,2
	Чай б/сахара	150	0,36	0,09	0,07	2,1
	Рогалик с повидлом	50	3,611	4,942	35,87	193,44
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,6	47,0
	фрукт	100	0,31	0,34	9,8	41,1
	ИТОГО	**470**	**10,361**	**9,682**	**68,15**	**389,84**
	Всего за день:	**1474**	**39,67**	**46,8**	**191,42**	**1370,81**