

УТВЕРЖДАЮ:
Директор:

КИСЕЛЕВ Д.Г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор:

«Национальная
средняя
общеобразовательная
школа»

Меню на каждый день (дош.гр) 30.06.2026

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103 | 180 | 8,70 | 13,70 | 28,40 | 220,60 | 103 | |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН) | 30/5/10 | 4,40 | 6,70 | 14,60 | 141,60 | 3 | 2016 |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411 | 180 | 0,10 | 0,00 | 14,30 | 57,00 | 411 | 2016 |
| Итого за прием пищи: | 405 | 13,20 | 20,40 | 57,30 | 419,20 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399 | 150 | 0,80 | 0,20 | 14,70 | 62,60 | 399 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 150 | 0,80 | 0,20 | 14,70 | 62,60 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50 | 0,80 | 0,10 | 4,40 | 21,40 | 1,2,3,4,5 | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43 | 180 | 4,00 | 3,80 | 11,70 | 97,00 | 43 | |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304 | 70/30 | 4,70 | 5,30 | 6,00 | 90,40 | 304 | 2016 |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136 | 130 | 3,50 | 4,50 | 22,90 | 132,30 | 136 | 2016 |
| КИСЕЛЬ №247 | 180 | 1,20 | 0,00 | 26,00 | 105,00 | 247 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6 | 30 | 2,34 | 0,30 | 14,46 | 70,08 | 6 | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7 | 30 | 1,88 | 0,30 | 12,40 | 59,40 | 7 | |
| Итого за прием пищи: | 700 | 18,42 | 14,30 | 97,86 | 575,58 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| ВАФЛИ № 10 | 50 | 1,40 | 1,70 | 38,70 | 177,00 | 10 | |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413 | 200 | 3,30 | 2,77 | 17,33 | 108,40 | 413 | 2016 |
| Итого за прием пищи: | 250 | 4,70 | 4,47 | 56,03 | 285,40 | | |
| Всего за день: | | 37,12 | 39,37 | 225,89 | 1342,78 | | |

Повар: Самохвалова Е.Н. /Самохвалова Е.Н./