

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАДОУ Леонтьевской СОШ
В.Н. Домнина
В.Н. Домнина



Примерное Десятидневное меню
с учетом рекомендуемых среднесуточных норм питания в детском саду для Детском саду
для детей от 3-х до 7 лет

(лето - осень)



Утверждаю

директор МАОУ Леонтьевской СОШ

В.Н. Домнина

Приказ № 40-ОД от 29.05.2024 г.

**Ассортимент блюд к десятидневному меню
(с 2-3.3-7 лет, сезон: лето-осень 2024.)**

БуТЕРБроды, хлеб

- №1. БуТЕРБрод с маслом
- №3. БуТЕРБрод с сыром
- №2. БуТЕРБрод с джемом или повидлом
- Хлеб пшеничный
- Гренки из пшеничного хлеба

Салаты

- №7. Овощи натуральные, соленые или свежие
- №44. Салат из белокочанной капусты с маслом растительным
- №45. Салат из свеклы с маслом растительным
- №14. Салат из свежих помидоров с малом растительным
- №52. Салат из моркови с маслом растительным
- №13. Салат из свежих огурцов с маслом растительным
- №130. Кукуруза консервированная
- №131. Зеленый горошек

Супы

- №20. Суп с клецками
- №24. Суп – пюре из картофеля.
- №82. Суп картофельный с макаронными
- №29. Уха рыбацкая
- №80. Суп картофельный с крупой.
- №81. Суп картофельный с бобовыми
- №67. Щи из свежей капусты с картофелем
- №26. Свекольник
- №10. Суп из овощей
- №86/118 Суп с домашней лапшой
- №57. Борщ с капустой и картофелем.
- №7. Суп молочный с рисом
- №6. Суп молочный с макаронными изделиями.

Блюда из круп, каш

- №145. Каша молочная вязкая с маслом.
- №142. Каша молочная жидкая с маслом
- №142. Каша жидкая из смеси двух круп.

Соусы

- №163 Подлив
- №168 Соус молочный сладкий
- №352 Соус молочный (для подачи к блюду)
- №354 Соус сметанный
- №162 Соус сметанный

Блюда из яиц

- №113. Омлет натуральный
- №217. Омлет с морковью
- №220. Омлет с овощами

Блюда из творога

- №140 Запеканка морковная с творогом с сг молоком
- №153 Запеканка морковная с сг молоком
- №229-230. Ленивые вареники с творогом
- №148 Запеканка творожная с сг молоком
- №231 Сырники из творога с сг молоком

Блюда из рыбы

- №64. Котлеты рыбные
- №62. Рыба припущенная
- №60. Запеканка рыбная с яйцом

Блюда из мяса

- №304. Плов из мяса
- №282. Биточки из мяса
- №86. Бигус с мясом
- №277. Гуляш с мясом
- №88. Жаркое по-домашнему

Блюда из субпродуктов

- №90. Печень по-строгановски
- №107. Суфле из печени

Блюда и птицы

- №305. Котлета рубленая из птицы
- №75. Птица тушеная
- №92. Запеканка рисовая с курой

Гарниры

- №152. Макароны отварные с маслом
- №112. Пюре картофельное
- №150. Каша рассыпчатая (греча)
- №150. Рис рассыпчатая (гарнир)
- №134. Рагу из овощей
- №159. Капуста тушеная

Фрукты

- №368 Яблоко
- №368 Груша
- №368 Банан

Напитки

- №178. Кофейный напиток с молоком
- №181. Компот из сухофруктов
- №179. Компот из свежих яблок
- №174. Чай с молоком
- №171. Какао с молоком
- №400. Молоко кипяченое
- №173. Чай с сахаром
- №182. Отвар шиповника
- №169 Кисель
- №399. Сок фруктовый.

Мучные, кондитерские изделия

- №192. Ватрушка со сметаной
- №201. Ватрушка с повидлом
- №460. Крендель сахарный
- №190. Расстегай Московский
- №193. Булочка домашняя

Примечания	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша молочная жидкая	200	6,88	7,6	28,12	209,28	142
	Бутерброд с маслом сыром	45	4,45	6,34	14,54	135	3
	Кофейный напиток	180	3,94	4,36	20,75	133,38	178
Итого за завтрак		425	15,27	18,3	63,41	477,66	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0	12,7	52,68	
Итого за второй завтрак		100	0,5	0	12,7	52,68	
Обед	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13
	Свекольник	200	1,6	3,32	9,64	76	26
	Суфле из печени	80	10,08	4,44	8	118,88	107
	Пюре картофельное	130	3,08	3,8	14,35	104,13	112
	Компот из сухофруктов	180	0,14		17,4	86,3	181
	Хлеб	80	9,96	1,96	60,88	294,56	
Итого за обед		730	25,32	17,17	111,7	720,25	
Полдник	Запеканка рыбная с яйцом	100	9,51	7,41	5,97	123,3	60
	Чай с сахаром	180			13,48	51,17	173
Итого за полдник		280	9,51	7,41	19,45	174,47	
Итого за день		1535	50,6	42,88	207,26	1425,06	

День: вторник
 Неделя: первая
 Сезон: лето - осень
 Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша молочная вязкая	200	9,68	7,92	47	301,8	145
	Какао с молоком	180	4,8	4,8	22,41	144,76	171
	Бутерброд с маслом	35	1,53	6,6	12,79	119	1
Итого за завтрак		415	16,01	19,32	82,2	565,56	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,86	3,65	5,02	56,34	54
	Суп картофельный с крупой	200	2	2,22	13,6	82,6	80
	Гуляш из мяса	70	9	7,24	2,31	110,25	277
	Каша рассыпчатая	130	5,04	3,93	30,26	176,84	150
	Компот из свежих яблок	180	0,18	0	18,6	72,6	179
Хлеб	80	9,96	1,96	60,88	294,56		
Итого за обед		720	27,04	19	130,67	793,19	
Полдник	Сырники из творога	100	18,69	12,67	11,4	234	231
	Соус молочный сладкий	40	1,3	2,9	3,4	63,86	168
	Чай с сахаром	180	0	0	13,48	51,17	173
Итого за полдник		320	19,99	15,57	28,28	349,03	
Итого за день		1555	63,44	54,29	250,95	1751,78	

День: среда
 Неделя: первая
 Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суп молочный с рисом	200	9,84	9,38	41,7	294,06	7
	Бутерброд с маслом	35	1,53	6,6	12,79	119	1
	Кофейный напиток	180	3,94	4,36	20,75	133,38	178
Итого за завтрак		415	15,31	20,34	75,24	546,44	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Салат из помидор с маслом растительным	60	0,68	3,71	2,83	47,46	14
	Щи из свежей капусты	200	1,39	3,91	6,78	67,8	67
	Рыба припущенная	80	20,4	6,79	0,54	145,52	62
	Пюре из картофеля	130	3,08	3,8	14,35	104,13	112
	Кисель	180	0		28,85	107,1	169
Итого за обед		730	35,51	20,17	114,23	766,57	
Полдник	Ватрушка со сметаной	65	5,03	5,8	32,4	203,7	192
Итого за полдник	Молоко кипяченое	180	3	3,2	4,7	251,60	400
Итого за день		1490	59,25	49,91	236,37	1560,71	

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая Ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша вязкая с маслом сливочным	200	9,68	7,92	47	301,8	145
	Бутерброд с маслом сыром	45	4,45	6,34	14,54	135	3
	Какао с молоком	180	4,8	4,8	22,41	144,76	171
Итого за завтрак		425	18,93	19,06	83,95	581,56	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Дол гарнир (зеленый горошек)	60	2,9	0,1	4,7	31	131
	Суп с клецками	200	3,2	4	19	129,48	20
	Котлеты рубленые из птицы	70	12,51	6,49	11,77	155,75	305
	Капуста тушеная	130	2,25	4,34	9,06	86,77	159
	Сок фруктовый	180	0,37		7,57	32	399
	Хлеб	80	9,96	1,96	60,88	294,56	
Итого за обед		720	31,19	16,89	112,98	729,56	
Полдник	Запеканка морковная с творогом	100	9,59	11,29	15,79	185	140
	Соус молочный сладкий	40	1,3	2,9	3,4	63,86	168
Итого за полдник	Чай с сахаром	180			13,48	51,17	173
Итого за день		1565	61,41	50,54	239,4	1655,15	

День: пятница
Неделя: первая
Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша молочная жидкая	200	6,88	7,6	28,12	209,28	142
	Бутерброд с маслом	35	1,53	6,6	12,79	119	1
	Чай с молоком	180	2,9	4,32	12,11	39,17	174
Итого за завтрак		415	11,31	18,52	53,02	367,45	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5		12,7	52,68	
	Итого за второй завтрак	100	0,5	0	12,7	52,68	
Обед	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13
	Суп картофельный с макаронами	200	2,15	2,27	13,7	83,8	82
	Запеканка рисовая с курой	180	15,4	15,8	26,8	317,5	92
	Соус сметанный	50	0,9	6,2	2,6	71	162
	Компот из сухофруктов	180	0,14	0	17,4	86,3	181
	Хлеб	80	9,96	1,96	60,88	294,56	
Итого за обед		750	29,01	29,88	122,81	893,54	
Полдник	Кондитерские изделия	60	4,5	7,08	44,94	250,26	
	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	119
	Молоко кипяченое	180	3	3,2	4,7	251,60	400
Итого за полдник		280	12,58	14,88	49,92	313,06	
Итого за день		1545	53,4	63,28	238,45	1626,73	

Дата: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суп молочный с макаронами	200	7,16	8,36	25,82	208,8	6
	Бутерброд с маслом сыром	45	4,45	6,34	14,54	135	3
	Кофейный напиток	180	3,94	4,36	20,75	133,38	178
Итого за завтрак		425	15,55	19,06	61,11	477,18	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,37	0	7,57	32	399
Итого за второй завтрак		100	0,37	0	7,57	32	
Обед	Салат из помидор	60	0,68	3,71	2,83	47,46	14
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,06	107,8	81
	Голубцы ленивые	160	14,1	9,08	12,5	218,6	97
	Соус сметанный	50	0,9	6,2	2,6	71	162
	Компот из сухофруктов	180	0,14		17,4	86,3	181
Итого за обед	Хлеб	80	9,96	1,96	60,88	294,56	
	Запеканка морковная соус молочный сладкий	730	30,17	25,17	109,27	825,72	
Полдник	Чай с молоком	120	4,17	8,97	21,58	184	153
	Чай с молоком	180	2,9	4,32	12,11	29,17	174
Итого за полдник		300	7,07	13,29	33,69	213,17	
Итого за День		1555	53,16	57,52	211,64	1548,07	

День: вторник
Неделя: вторник

Сезон: лето - осень

Валовые затраты: от 3 до 7 руб.

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Запеканка из творога	150	23,76	17,39	23,05	348	148
	Соевое молочный сладкий	40	1,3	2,9	3,4	63,86	166
	Бутерброд с маслом	35	1,53	6,6	12,79	119	1
	Чай с сахаром	180	0	0	13,48	51,17	173
Итого за завтрак		405	26,59	26,89	52,72	582,03	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Дол гарнир (кукуруза консервированная)	60	1,1	0,2	4,4	24	130
	Суп из овощей	200	1,51	3,06	9,6	73,2	10
	Котлета рыбная	80	11,84	8,96	10,24	171,68	64
	Пюре картофельное	130	3,08	3,8	14,35	104,13	112
	Компот из свежих яблок	180	0,18		18,6	72,6	179
Итого за обед		730	27,67	17,98	118,07	740,17	
Полдник	Пудинг из овощей	150	6,8	9,15	34,9	264	110
	Отвар шиповника	180	0,5	0	14,1	68,1	182
Итого за полдник		330	7,3	9,15	49	332,1	
Итого за день		1565	61,96	54,42	229,59	1698,3	

День: среда
 Неделя: вторая
 Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша молочная жидкая	200	6,88	7,6	28,12	209,28	142
	Бутерброд с маслом сыром	45	4,45	6,34	14,54	135	3
	Какао с молоком	180	4,8	4,8	22,41	144,76	171
Итого за завтрак		425	16,13	18,74	65,07	489,04	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,37	0	7,57	32	399
	Итого за второй завтрак	100	0,37	0	7,57	32	
Обед	Салат из свеклы с маслом растительным	60	0,86	3,65	5,02	56,34	54
	Суп с домашней лапшой	250	2,21	5,07	11,92	102,25	86/118
	Бигус с мясом	200	19,4	7,1	12,9	197,7	86
	Кисель	180	0	0	28,85	107,1	169
	Хлеб	80	9,96	1,96	60,88	294,56	
Итого за обед		770	32,43	17,78	119,57	757,95	
Полдник	Расстегай Московский	70	9,3	6,2	23,9	255,78	190
	Молоко кипяченое	180	3	3,2	4,7	251,60	400
Итого за полдник		250	12,3	9,4	28,6	255,78	
Итого за день		1545	61,23	45,92	220,81	1534,77	

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Ленивые вареники с маслом	150	14,83	10,86	15,31	218	229/230
	Чай с молоком	180	2,9	4,32	12,11	39,17	174
Итого за завтрак	Бутерброд с маслом	35	1,53	6,6	12,79	119	1
	Фрукты свежие	365	19,26	21,78	40,21	376,17	
Второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	44	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Салат из капусты растительным маслом	60	0,5	2,1	3,4	41	44
	Уха Рыбачья	200	5,8	1,8	16,2	105	29
	Печень по-строгановски	60/50	16,76	14,4	27	209,28	90
	Макаронны отварные с маслом	130	4,75	5,2	32,3	197,9	152
	Сок фруктовый	180	0,37	0	7,57	32	399
Итого за обед	Хлеб	80	9,96	1,96	60,88	294,56	
Полдник	Ватрушка с повидлом	75	3,8	2,5	38,7	197,3	201
	Молоко	180	3	3,2	4,7	251,6	400
Итого за полдник		255	6,8	5,7	43,4	448,9	
Итого за день		1370	64,6	53,34	240,76	1748,81	

День: пятница
 Месяц: вторая
 Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша из 2 круп	200	9,68	7,92	47	301,8	145
	Бутерброд с маслом	35	1,53	6,6	12,79	119	1
Итого за завтрак	Кофейный напиток	180	3,94	4,36	20,75	133,38	178
	Фрукты свежие	415	15,15	18,88	80,54	554,18	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,4	0,4	9,8	44	
	Борщ с капустой картофелем	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13
	Жаркое по домашнему	200	1,46	3,93	10,19	109,75	57
	Компот из свежих яблок	200	18,8	8,46	21	273	88
	Хлеб	180	0,18		18,6	72,6	179
Итого за обед		80	9,96	1,96	60,88	294,56	
Полдник	Кондитерские изделия	720	30,86	18	112,1	790,29	
	Яйцо отварное	60	4,5	7,08	44,94	250,26	
	Молоко кипяченое	40	5,08	4,6	0,28	62,8	119
		180	3	3,2	4,7	251,60	400
Итого за полдник		280	12,58	14,88	49,92	313,06	
Итого за день		1515	58,99	52,16	252,36	1701,53	



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ Свердловской СОШ
В.Н. Домнина

Примерное десятидневное меню
с учетом рекомендуемых среднесуточных норм питания в Детском саду для детского сада
для детей от 2-х до 3-х лет

(лето - осень)

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: с 2 до 3 лет

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша молочная жидкая	150	5,16	5,7	21,09	156,96	142
	Бутерброд с маслом сыром	30	3,34	4,22	9,69	90	3
	Кофейный напиток	150	3,3	3,36	17,3	111,15	178
Итого за завтрак		330	11,8	13,28	48,08	358,11	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5		12,7	52,68	
Итого за второй завтрак		100	0,5	0	12,7	52,68	
Обед	Салат из свежих огурцов	40	0,3	2,43	0,95	26,92	13
	Свекольник	150	1,2	2,5	7,23	57	26
	Суфле из печени	60	7,56	3,33	6	89,19	107
	Пюре из картофеля	110	2,62	3,23	12,15	88,11	112
	Компот из сухофруктов	150	0,12		14,5	71,9	181
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
Итого за обед		570	19,27	12,96	86,49	554,04	
Полдник	Запеканка рыбная с яйцом	80	7,61	5,93	4,78	98,64	60
	Чай с сахаром	150			11,24	42,65	173
Итого за полдник		230	7,61	5,93	16,02	141,29	
Итого за день		1230	39,18	32,17	163,29	1106,12	

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: с 2 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша молочная вязкая	150	7,26	5,94	35,25	226,35	145
	Кефир с молоком	150	3,99	4	18,68	120,63	171
	Бутерброд с маслом	25	1,09	4,71	9,14	85	1
Итого за завтрак		325	12,34	14,65	63,07	431,98	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Салат из свеклы с растительным маслом	40	0,59	2,3	30,27	42,07	54
	Суп картофельный с крупой	150	1,51	1,67	10,2	61,95	80
	Гуляш из мяса	50	6,43	5,17	1,65	78,75	277
	Каша рассыпчатая	110	3,36	3,02	23,28	136,03	150
	Компот из свежих яблок	150	0,15	0	15,5	60,5	179
Итого за обед		560	19,51	13,63	126,56	600,22	
Полдник	Сырники из творога	80	14,95	10,13	9,12	187,2	231
	Соус молочный сладкий	30	1	2,2	2,6	47,4	168
	Чай с сахаром	150	0	0	11,24	42,65	173
Итого за полдник		260	15,95	12,33	22,96	277,25	
Итого за День		1245	48,2	41,01	222,39	1353,45	

День: среда

Неделя: первая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: с 2 до 3 лет

Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры,	Углеводы		
Завтрак	Суп молочный с рисом	150	7,38	7,03	31,28	220,54	7
	Бутерброд с маслом	25	1,09	4,71	9,14	85	1
	Кофейный напиток	150	3,3	3,63	17,3	111,15	178
Итого за завтрак		325	11,77	15,37	57,72	416,69	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Салат из помидор с маслом растительным	40	0,45	2,47	1,89	31,64	14
	Шпи из свежей капусты	150	1,04	2,93	5,09	50,85	67
	Рыба припущенная	60	15,3	5,09	0,4	109,14	62
	Пюре из картофеля	110	2,62	3,23	12,15	88,11	112
	Кисель	150	0	0	24,04	89,27	169
Итого за обед		570	26,88	15,19	89,23	589,93	
Полдник	Ватрушка со сметаной	65	5,03	5,8	32,4	203,7	192
	Молоко кипяченое	180	3	3,2	4,7	251,60	400
Итого за полдник		245	8,03	9	37,1	203,7	
Итого за день		1240	47,08	39,96	193,85	1254,32	

Дневник питания

Неделя: первая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: с 2 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша вязкая с маслом сливочным	150	1,26	5,94	35,25	226,35	145
	Бутерброд с маслом сыром	30	3,34	4,22	9,69	90	3
	Какао с молоком	150	3,99	4	18,68	120,63	171
Итого за завтрак		330	8,59	14,16	63,62	436,98	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
	Итого за второй завтрак	100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Доп гарнир (зеленый горошек)	40	1,93	0,06	3,13	20,66	131
	Суп с клецками	150	2,4	1,5	7,12	97,11	20
	Котлеты рубленные из птицы	50	8,94	4,64	8,41	111,25	305
	Капустя тушеная	110	1,91	3,68	7,67	73,43	159
	Сок фруктовый	150	0,37		7,57	32	399
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
	Итого за обед	560	23,02	11,35	79,56	555,37	
Полдник	Запеканка морковная с творогом	80	7,67	9,03	12,63	148	140
	Соус молочный сладкий	30	1	2,2	2,6	47,4	168
Итого за полдник	150			11,24	42,65	173	
Итого за День		1250	40,68	37,14	179,45	1274,4	

День: пятница
Неделя: первая
Сезон: лето - осень

Возрастная категория: с 2 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша молочная жидкая	150	5,16	5,7	21,09	156,96	142
	Бутерброд с маслом	25	1,09	4,71	9,14	85	1
Итого за завтрак	Чай с молоком	150	2,42	3,6	10,09	32,64	174
	Сок фруктовый	325	8,67	14,01	40,32	274,6	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0	12,7	52,68	
	Итого за второй завтрак	100	0,5	0	12,7	52,68	
Обед	Салат из свежих овощей	40	0,3	2,43	0,95	26,92	13
	Суп картофельный с макаронами	150	1,61	1,7	10,28	62,85	82
	Запеканка рисовая с курой	150	12,9	13,2	22,3	264,6	92
	Соус сметанный	30	0,54	3,72	1,56	42,6	162
	Компот из сухофруктов	150	0,12		14,5	71,9	181
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
Итого за обед		580	22,94	22,52	95,25	689,79	
Полдник	Кондитерские изделия	50	3,22	5,06	32,1	122,15	
	Йогурт отварное	20	2,54	2,3	0,14	31,4	119
	Молоко кипяченое	180	3,2	3	4,7	251,60	400
Итого за полдник		250	8,96	10,36	36,94	153,55	
Итого за День		1255	41,07	46,89	185,21	1170,62	

Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суп молочный с макаронами	150	5,37	6,27	19,37	156,6	6
	Бутерброд с маслом сыром	30	3,34	4,22	9,69	90	3
	Кофейный напиток	150	3,3	3,63	17,3	111,15	178
Итого за завтрак		330	12,01	14,12	46,36	357,75	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,37	0	7,57	32	399
Итого за второй завтрак		100	0,37	0	7,57	32	
Обед	Салат из помидор с маслом растительным	40	0,45	2,47	1,89	31,64	14
	Суп картофельный с бобовыми	150	3,29	3,16	9,79	80,85	81
	Голубцы ленивые	120	10,6	6,8	9,4	164	97
	Соус сметанный	30	0,54	3,72	1,56	42,6	162
	Компот из сухофруктов	150	0,12	0	14,5	71,9	181
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
Итого за обед		550	22,47	17,62	82,8	611,91	
Полдник	Запеканка морковная	90	3,13	6,73	16,18	138	153
	Соус молочный сладкий	30	1	2,2	2,6	47,4	168
Итого за полдник		150	2,42	3,6	10,09	32,64	174
Итого за День		1250	41,4	44,27	165,6	1219,7	

День: вторник
Неделя: вторая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Запеканка из творога	130	20,6	15,07	19,98	301,6	148
	Соус молочный сладкий	30	1	2,2	2,6	47,4	168
	Бутерброд с маслом	25	1,09	4,71	9,14	85	1
	Чай с сахаром	150	0	0	11,24	42,65	173
Итого за завтрак		335	22,69	21,98	42,96	476,65	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Доп гарнир (кукуруза консервированная)	40	0,73	0,13	2,93	16	130
	Суп из овощей	150	1,13	2,3	7,2	54,9	10
	Котлета рыбная	60	8,88	6,72	7,68	128,76	64
	Пюре картофельное	110	2,62	3,23	12,15	88,11	112
	Компот из свежих яблок	150	0,15		15,5	60,5	179
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
Итого за обед		570	20,98	13,85	91,12	569,19	
Полдник	Пудинг из овощей	100	4,54	13,73	23,27	176	110
Итого за полдник	Отвар шиповника	150	0,4	0	11,8	56,8	182
Итого за День		1255	49,01	49,96	178,95	1322,64	

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: с 2до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша молочная жидкая	150	5,16	5,7	21,09	156,96	142
	Бутерброд с маслом сыром	30	3,34	4,22	9,69	90	3
	Какао с молоком	150	3,99	4	18,68	120,63	171
Итого за завтрак		330	12,49	13,92	49,46	367,59	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,37	0	7,57	32	399
Итого за второй завтрак		100	0,37	0	7,57	32	
Обед	Салат из свежкы с маслом растительным	40	0,58	2,44	3,35	37,56	54
	Суп с домашней лапшой	150	1,37	3,04	7,15	61,35	86/118
	Бигус с мясом	160	15,52	5,7	10,32	158,16	86
	Кисель	150	0	0	24,04	89,25	169
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
Итого за обед		560	24,94	12,65	90,52	567,24	
Полдник	Расстегай Московский	50	6,6	4,4	17,07	182,7	190
	Молоко кипяченое	180	3	3,2	4,7	251,60	400
Итого за полдник		230	9,6	7,6	21,77	182,7	
Итого за День		1220	47,4	34,17	169,32	1149,53	

День: четверг
 Неделя: вторая
 Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Ленивые вареники с маслом	100	9,88	7,24	10,2	145	229/230
	Чай с молоком	150	4,8	4,8	22,41	144,76	171
	Бутерброд с маслом	25	1,09	4,71	9,14	85	1
Итого за завтрак		275	15,77	16,75	41,75	374,76	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Салат из капусты растительным маслом	40	0,75	3	4,9	59	44
	Уха рыбацкая	150	4,35	1,35	12,5	78,7	29
	Печень по строгановски	40/30	11,17	9,6	18	139,52	90
	Макаронны отварные с маслом	110	3,65	4	24,85	152,3	152
	Сок фруктовый	150	0,37	0	7,57	32	399
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
Итого за обед		510	27,76	19,42	113,48	682,44	
Полдник	Ватрушка с повидлом	50	2,6	1,7	25,8	131,5	201
	Молоко кипяченое	180	3	3,2	4,7	251/60	400
Итого за полдник		230	5,6	4,9	30,5	131,5	
Итого за день		1115	49,53	41,47	195,53	1232,7	

День: пятница
Неделя: вторник
Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша жидкая из 2 круп	150	7,26	5,94	35,25	226,35	145
	Бутерброд с маслом	25	1,09	4,71	9,14	85	1
	Кофейный напиток	150	3,3	3,63	17,3	111,15	178
Итого за завтрак		325	11,65	14,28	61,69	422,5	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
	Итого за второй завтрак	100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	40	0,3	2,43	0,95	26,92	13
	Борщ с капустой картофелем	150	1,09	2,95	7,64	61,5	57
	Жаркое по домашнему	150	14,1	6,35	15,75	204,75	88
	Компот из свежих яблок	150	0,15		15,5	60,5	179
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
	Итого за обед	550	23,11	13,2	85,5	574,59	
Полдник	Кондитерские изделия	40	3	3,94	24,97	139,04	
	Рйцо отварное	20	2,54	2,3	0,14	31,4	119
	Молоко кипяченое	180	3,2	3	4,7	251,60	400
Итого за полдник	240	8,74	9,24	29,81	170,44		
Итого за День	1215	43,9	37,12	186,8	1211,53		

Кладовщик Мартымянова Н.А.

наименование	2-3 лет	ккал	3-7 лет	ккал
Завтрак				
Бутерброд с сыром	20\3\7	72,37	20\5	119
Каша жидкая с маслом	20\3\7	72,37	20\5	119
сливочным				
Какао с молоком	150	89,16	180	144,76
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	91	150	66
Обед				
Зеленый горошек (консервир)	150	78,70	200	105,00
Щи из свежей капусты с картофелем сметаной	160	202,65	200	67,8
Биточки рыбные	150	60,50	80	181,25
Соус подлив томатный	40	74,68	50	27,5
Каша рисовая рассыпчатая	40	35,2	130	176,84
Компот из сухофруктов			180	86,3
хлеб			60	220,92
Полдник				
Запеканка из творога с морковью с ст. молоком		120,53	120	262,47
Чай с молоком	150	79,16	180	39,17

На 03 июня 2024г

Меню



Утверждаю
 Директор школы МАОУ Ломнинская СОШ
 В.Н. Ломнина

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А)

наименование	2-3 лет	ккал	3-7 лет	ккал
Завтрак				
Каша молочная вязкая с маслом	150	226,35	200	301,8
Бутерброд с маслом	2/5	85	30\5	119
Какао с молоком	150	120,63	180	144,76
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	91	150	66
Обед				
Салат из свеклы с раст маслом	40	37,56	60	56,34
Суп картофельный с крупой	150	61,95	200	82,6
Гуляш из мяса	50	78,75	70	110,25
Каша рассыпчатая	110	136,03	130	176,84
Компот из св яблок	150	60,5	180	72,6
Хлеб	60	220,92	80	220,92
Полдник				
Сырники из творога	80	187,2	100	234
Соус молочный сладкий	30	47,4	40	63,86
Чай с сахаром	150	42,65	180	51,17

На 04 июня 2024г

Меню

Утверждаю

 Директор школы МАOU Леонтьевская СОШ
 В.Н.Домнина



Утверждено
 Директор школы МАОУ Леонтьевская СОШ
 В.Н. Домнина



Меню

На 05 июня 2024г

наименование	2-3 лет	3-7 лет	ккал	ккал
Завтрак				
Суп молочный рисовый	150	220,54	200	294,06
Бутерброд с маслом	20/5	85	305	119
Кофейный напиток	150	111,15	180	133,38
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	91	150	66
Обед				
Салат из свежих помидор с маслом раст	40	31,64	60	47,46
Щи из свежей капусты с картофелем сметаной	150	50,85	200	67,8
Рыба припущенная	60	109,14	80	145,52
Люре из картофеля	110	88,11	130	104,13
Кисель	150	89,25	180	107,1
хлеб	60	220,92	80	220,92
Полдник				
Ватрушка со сметаной	65	203,7	65	203,7
Молоко кипяченое	180	251/60	180	251/60

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)

Утверждено
 Директор школы МАОУ «Леонтьевская СОШ»
 В.Н. Домнина



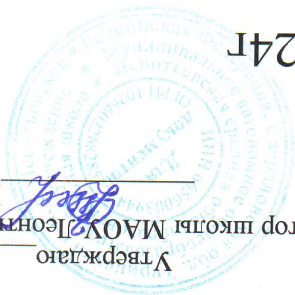
Меню

На 06 июня 2024г

наименование	2-3 лет	ккал	3-7лет	ккал
Завтрак				
Каша вязкая молочная	150	226,35	200	301,8
Бутерброд с маслом сыром	30	90	45	135
Какао с молоком	150	120,63	180	144,76
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	91	150	66
Обед				
Зеленый горошек (консервир)	40	20,66	60	31
Суп картофельный с клецками	150	97,11	200	129,48
Котлета рубленая из птицы	50	111,25	70	155,75
Капуста тушеная	110	73,43	130	86,77
Сок фруктовый	150	32	180	32
хлеб	60	220,92	80	220,92
Полдник				
Запеканка морковная с творогом	80	148	100	185
Соус молочный сладкий	30	47,4	40	63,86
Чай с сахаром	150	42,65	180	51,17

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)

Утверждено
 Директор школы МАОУ «Юношеская СОШ
 Б.Н. Домнина



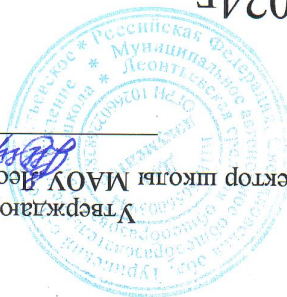
Меню

На 07 июня 2024г

наименование	2-3 лет	ккал	3-7лет	ккал
Завтрак				
Каша молочная жидкая	150	156,96	200	209,28
Бутерброд с маслом	2/5	85	30\5	119
Чай с молоком	150	32,64	180	39,17
Второй завтрак				
Сок	100	32	100	32
Обед				
Салат из свежих огурцов	40	26,92	60	40,38
Суп картофельный с макаронами	150	62,85	200	83,80
Запеканка рисовая с курой	150	264,6	180	317,5
Соус сметанный	30	42,6	50	71
Компот из сухофруктов	150	71,9	180	86,3
хлеб	60	220,92	80	220,92
Подник				
Кондитерские изделия	40	139,04	60	250,26
Яйцо вареное	20	31,4	40	62,8
Молоко кипяченое	180	251,60	180	251,6

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)

Утверждено
 Директор школы МАОУ Леонтьевская СОШ
 В.Н. Домнина



Меню

На 10 июня 2024г

наименование	2-3 лет	ккал	3-7 лет	ккал
Завтрак				
Суп молочный с макаронами	150	156,6	200	208,8
Бутерброд с маслом сыром	30	90	45	135
Кофейный напиток	150	111,15	180	133,38
Второй завтрак				
Сок фруктовый	100	32	100	32
Обед				
Салат из свежих помидор)	40	31,64	60	47,46
Суп картофельный с бобовыми	150	80,85	200	107,80
Голубцы ленивые с мясом	120	164	160	218,6
Суп сметанный	30	42,6	50	71,0
Компот из сухофруктов	150	71,9	180	86,3
Хлеб	60	220,92	80	220,92
Полдник				
Запеканка морковная	90	138	120	184
Суп молочный сладкий	30	47,4	40	63,86
Чай с молоком	150	32,64	180	39,17

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)

Утверждено
 Директор школы МАОУ «Леонтьевская СОШ»
 В.Н.Домнина



Меню

На 11 июня 2024г

наименование	2-3 лет	ккал	3-7 лет	ккал
Завтрак				
Запеканка из творога	130	301,6	150	348
Соевое молочный сладкий	30	47,4	40	63,86
Бутерброд с маслом	25	85	35	119
Чай с сахаром	150	42,65	180	51,17
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	44	100	44
Обед				
Кукруза (консервир)	40	16	60	24
Суп из овощей	150	54,9	200	73,2
Котлета рыбная	60	128,76	80	171,68
Пюре картофельное	110	88,11	130	104,13
Компот из св яблок	150	60,5	180	72,6
Хлеб	60	220,92	80	220,92
Полдник				
Пудинг из овощей	100	176	150	264
Отвар шиповника	150	56,8	180	68,1

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)

В.Н.Дюмина
 Директор школы МАOU Лесотьевская СОШ



Меню

На 13 июня 2024г

наименование	2-3 лет	3-7 лет	ккал
Завтрак			
Ленивые вареники с малом	100	145	150
218			
Бутерброд с маслом	25	85	35
119			
Чай с молоком	150	32,64	180
39,17			
Второй завтрак			
Фрукты свежие	100	44	100
44			
Обед			
Салат из капусты с маслом	40	41	60
59			
рост)			
Уха рыбацкая	150	78,7	200
105			
Печень по -строгановски	40/30	139,52	60/50
209,28			
Макаронны отварные с маслом	110	152,3	130
197,9			
Сок фруктовый	150	32	180
39			
хлеб	60	220,92	80
220,92			
Полдник			
Ватрушка с повидлом	50	131,5	75
197,3			
Молоко кипяченое	180	251/60	180
251/60			

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)

Директор школы МАOU «Гонимая» СОШ
 В.Н. Домнина



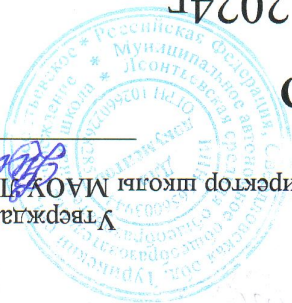
Меню

На 14 июня 2024г

наименование	2-3 лет	ккал	3-7лет	ккал
Завтрак				
Каша из двух круп	150	226,35	200	301,8
Бутерброд с маслом	25	85	35	119
Кофейный напиток	150	111,15	180	133,38
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	44	100	44
Обед				
Салат из свежих огурцов с маслом рас	40	26,92	60	40,38
Борщ с капустой картофелем	150	61,5	200	109,75
Жаркое по домашнему	150	204,75	200	273
Компот из свежих яблок	150	60,5	180	72,6
Хлеб	60	220,92	80	220,92
Полдник				
Кондитерские изделия	40	139,04	60	250,26
Ябло отварное	20	31,4	40	62,8
Молоко кипяченое	180	251/60	180	251/60

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)

Утверждаю
 Директор школы МАOU «Леонтьевская СОШ»
 В.Н.Дюмина



Меню

На 17 июня 2024г

наименование	2-3 лет	ккал	3-7лет	ккал
Завтрак				
Бутерброд с сыром	20\3\7	72,37	20\5	119
Каша жидкая с маслом	20\3\7	72,37	20\5	119
сливочным				
Какао с молоком	150	89,16	180	144,76
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	91	150	66
Обед				
Зеленый горошек (консервир)	150	78,70	200	105,00
Пиц из свежей капусты с картофелем сметаной	160	202,65	200	67,8
Биточки рыбные	150	60,50	80	181,25
Соус подлив томатный	40	74,68	50	27,5
Каша рисовая рассыпчатая	40	35,2	130	176,84
Компот из сухофруктов			180	86,3
хлеб			60	220,92
Полдник				
Запеканка из творога с морковью с ст молоком		120,53	120	262,47
Чай с молоком	150	79,16	180	39,17

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)

Утверждено
 Директор школы МАУ «Географическая СОШ»
 В.Н. Домнина



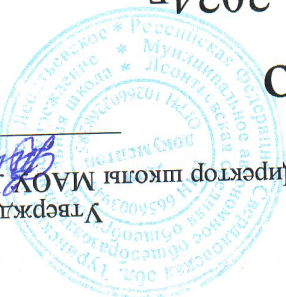
Меню

На 18 июня 2024г

наименование	2-3 лет	ккал	3-7лет	ккал
Завтрак				
Каша молочная вязкая с маслом	150	226,35	200	301,8
Бутерброд с маслом	2/5	85	30/5	119
Какао с молоком	150	120,63	180	144,76
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	91	150	66
Обед				
Салат из свеклы с раст маслом	40	37,56	60	56,34
Суп картофельный с крупой	150	61,95	200	82,6
Гуляш из мяса	50	78,75	70	110,25
Каша распычатая	110	136,03	130	176,84
Компот из св яблок	150	60,5	180	72,6
хлеб	60	220,92	80	220,92
Полдник				
Сырники из творога	80	187,2	100	234
Соус молочный сладкий	30	47,4	40	63,86
Чай с сахаром	150	42,65	180	51,17

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)

Утверждаю
 Директор школы МАOU «Леонтьевская СОШ»
 В.Н.Домнина



Меню

На 19 июня 2024г

наименование	2-3 лет	ккал	3-7лет	ккал
Завтрак				
Суп молочный рисовый	150	220,54	200	294,06
Бутерброд с маслом	20/5	85	30\5	119
Кофейный напиток	150	111,15	180	133,38
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	91	150	66
Обед				
Салат из свежих помидор с маслом раст	40	31,64	60	47,46
Щи из свежей капусты с картофелем сметаной	150	50,85	200	67,8
Рыба припущенная	60	109,14	80	145,52
Пюре из картофеля	110	88,11	130	104,13
Кисель	150	89,25	180	107,1
Хлеб	60	220,92	80	220,92
Полдник				
Ватрушка со сметаной	65	203,7	65	203,7
Молоко кипяченое	180	251/60	180	251/60

Кладовщик (Мартемьянова Н.А.)

Утверждаю
 Директор школы МАОУ Леонтьевская СОШ
 В.Н.Домнина



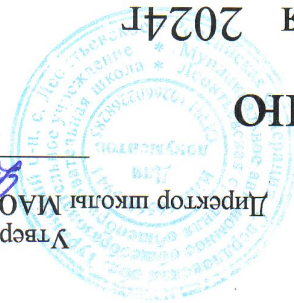
Меню

На 20 июня 2024г

наименование	2-3 лет	ккал	3-7 лет	ккал
Завтрак				
Каша вязкая молочная	150	226,35	200	301,8
Бутерброд с маслом сыром	30	90	45	135
Какао с молоком	150	120,63	180	144,76
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	91	150	66
Обед				
Зеленый горошек (консервир)	40	20,66	60	31
Суп картофельный с клецками	150	97,11	200	129,48
Котлета рубленая из птицы	50	111,25	70	155,75
Капуста тушеная	110	73,43	130	86,77
Сок фруктовый	150	32	180	32
хлеб	60	220,92	80	220,92
Полдник				
Запеканка морковная с творогом	80	148	100	185
Сок молочный сладкий	30	47,4	40	63,86
Чай с сахаром	150	42,65	180	51,17

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)

Утверждено
 Директор школы МАOU Леонтьевская СОШ
 В.Н.Домнина



Меню

На 21 июня 2024г

наименование	2-3 лет	3-7 лет	ккал
Завтрак			
Каша молочная жидкая	150	156,96	200
Бутерброд с маслом	2/5	85	30\5
Чай с молоком	150	32,64	180
Второй завтрак			
Сок	100	32	100
Обед			
Салат из свежих огурцов	40	26,92	60
Суп картофельный с макаронами	150	62,85	200
Запеканка рисовая с курой	150	264,6	180
Соус сметанный	30	42,6	50
Компот из сухофруктов	150	71,9	180
хлеб	60	220,92	80
Полдник			
Кондитерские изделия	40	139,04	60
Ябло вареное	20	31,4	40
Молоко кипяченое	180	251,60	180
			251,6

Кладовщик (Мартемьянова Н.А.)

Утверждаю
 Директор школы МАOU Леонтьевская СОШ
 В.Н. Домнина



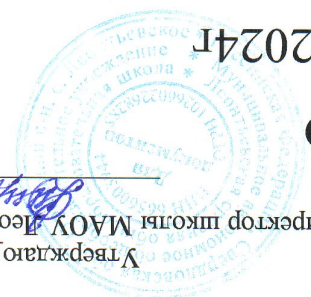
Меню

На 24 июня 2024г

наименование	2-3 лет	ккал	3-7 лет	ккал
Завтрак				
Суп молочный с макаронами	150	156,6	200	208,8
Бутерброд с маслом сыром	30	90	45	135
Кофейный напиток	150	111,15	180	133,38
Второй завтрак				
Сок фруктовый	100	32	100	32
Обед				
Салат из свежих помидор)	40	31,64	60	47,46
Суп картофельный с бобовыми	150	80,85	200	107,80
Голубцы ленивые с мясом	120	164	160	218,6
Соус сметанный	30	42,6	50	71,0
Компот из сухофруктов	150	71,9	180	86,3
хлеб	60	220,92	80	220,92
Полдник				
Запеканка морковная	90	138	120	184
Соус молочный сладкий	30	47,4	40	63,86
Чай с молоком	150	32,64	180	39,17

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)

Утверждаю
 Директор школы МАОУ Леонтьевская СОШ
 В.Н. Домнина



Меню

На 25 июня 2024г

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)

наименование	2-3 лет	ккал	3-7 лет	ккал
Завтрак				
Запеканка из творога	130	301,6	150	348
Соус молочный сладкий	30	47,4	40	63,86
Бутерброд с маслом	25	85	35	119
Чай с сахаром	150	42,65	180	51,17
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	44	100	44
Обед				
Кюкруза (консервир)	40	16	60	24
Суп из овощей	150	54,9	200	73,2
Котлета рыбная	60	128,76	80	171,68
Люре картофельное	110	88,11	130	104,13
Компот из св яблок	150	60,5	180	72,6
хлеб	60	220,92	80	220,92
Полдник				
Пудинг из овощей	100	176	150	264
Отвар шиповника	150	56,8	180	68,1

Утверждено
 Директор школы МАOU «Леонтьевская СОШ»
 В.Н. Домнина



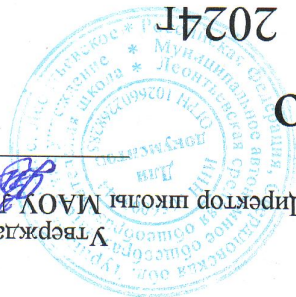
Меню

На 26 июня 2024г

наименование	2-3 лет	ккал	3-7 лет	ккал
Завтрак				
Каша молочная жидкая	150	156,96	200	209,28
Бутерброд с маслом сыром	30	90	45	135
Какао с молоком	150	120,63	180	144,76
Второй завтрак				
Сок фруктовый	100	32	100	32
Обед				
Салат из свеклы с маслом раст	40	37,56	60	56,34
Суп с домашней лапшой	150	61,35	250	102,25
Бигус с мясом	160	158,16	200	197,70
Кисель	150	89,25	180	107,1
хлеб	60	220,92	80	220,92
Полдник				
Расстегай Московский	50	182,7	70	255,78
Молоко кипяченое	180	251,60	180	251,60

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)

Утверждаю
 Директор школы МАOU Леонтьевская СОШ
 В.Н.Домнина



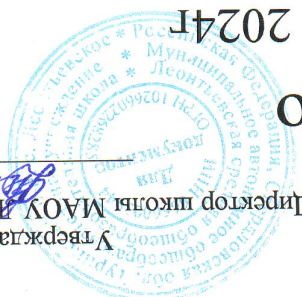
Меню

На 27 июня 2024г

наименование	2-3 лет	ккал	3-7лет	ккал
Завтрак				
Ленивые вареники с малом	100	145	150	218
Бутерброд с маслом	25	85	35	119
Чай с молоком	150	32,64	180	39,17
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	44	100	44
Обед				
Салат из капусты с маслом	40	41	60	59
Уха рыбацкая	150	78,7	200	105
Печень по-строгановски	40/30	139,52	60/50	209,28
Макароны отварные с маслом	110	152,3	130	197,9
Сок фруктовый	150	32	180	39
хлеб	60	220,92	80	220,92
Полдник				
Ватрушка с повидлом	50	131,5	75	197,3
Молоко кипяченое	180	251/60	180	251/60

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)

Утверждаю
 Директор школы МАOU Леонтьевская СОШ
 В.Н.Домнина



Меню

На 28 июня 2024г

наименование	2-3 лет	ккал	3-7лет	ккал
Завтрак				
Каша из двух круп	150	226,35	200	301,8
Бутерброд с маслом	25	85	35	119
Кофейный напиток	150	111,15	180	133,38
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	44	100	44
Обед				
Салат из свежих овощей с маслом рас	40	26,92	60	40,38
Борщ с капустой картофелем	150	61,5	200	109,75
Жаркое по домашнему	150	204,75	200	273
Компот из свежих яблок	150	60,5	180	72,6
хлеб	60	220,92	80	220,92
Полдник				
Кондитерские изделия	40	139,04	60	250,26
Ябло отварное	20	31,4	40	62,8
Молоко кипяченое	180	251,60	180	251,60

Кладовщик _____ (Мартемьянова Н.А.)