

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ

«Восходненская школа имени
В.И. Курчатовова»



И.С. Зуикова
в.н. № 26 от 19.05.2025г

МЕНЮ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
НА ЛЕТНЕ - ОСЕННИЙ
ПЕРИОД 2025 ГОДА

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1	День 4 Четверг						
Завтрак	Суп молочный с крупой (хлопья овсяные "Геркулес")	150	4.44	4.44	13.44	111.60	94
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2.65	1.79	18.83	102.00	396
	Бутерброд с маслом	20	1.22	3.77	7.31	68.00	1
Итого завтрак			8.31	10.00	39.58	281.60	
II Завтрак	Сок фруктовый (абрикосовый)	150	0.75		19.05	79.00	399
Итого II Завтрак			0.75	0.00	19.05	79.00	
Обед	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150	3.36	1.81	9.40	67.35	84
	Икра кабачковая	40	0.36	1.88	2.36	27.84	53
	Каша рассыпчатая гречневая	110	6.30	4.46	28.33	178.75	313
	Гуляш из отварного мяса	60	7.71	6.20	1.98	94.50	277
	Компот из яблок	150	0.12	0.12	17.91	73.20	372
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.20	
Итого обед			19.83	14.83	70.00	493.84	
Полдник	Оладьи.	75	5.26	11.68	17.01	181.53	449
	Чай с лимоном	150	0.07	0.01	7.10	29.00	393
Итого полдник			5.33	11.69	24.11	210.53	
Итого за четвертый день			34.22	36.52	152.74	1064.97	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2	День 8 Среда						
Завтрак	Суп молочный манный	150	4.11	3.78	12.07	98.85	92
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107.00	397
	Бутерброд с повидлом	25	1.13	1.78	12.52	70.90	2
Итого завтрак			8.91	8.75	40.41	276.75	
II Завтрак	Плоды свежие (яблоко)	100	0.40	0.40	9.80	44.00	368
Итого II Завтрак			0.40	0.40	9.80	44.00	
Обед	Рассольник ленинградский	150	1.26	3.06	9.95	72.45	76
	Салат из свежих огурцов	40	0.30	2.43	0.95	26.92	13
	Голубцы ленивые	160	14.12	9.04	20.26	219.00	298
	Напиток из плодов шиповника	180	0.61	0.25	18.67	79.00	398
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.20	
	Хлеб пшеничный.	15	1.18	0.15	7.24	35.25	
Итого обед			19.45	15.29	67.09	484.82	
Полдник	Сырники из творога.	70	5.02	9.86	15.53	162.40	231
	Соус молочный (сладкий).	20	0.38	0.90	3.64	15.45	351
	Чай с лимоном	150	0.07	0.01	7.10	29.00	393
Итого полдник			5.47	10.77	26.27	206.85	
Итого за восьмой день			34.23	35.21	143.57	1012.42	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 10 Пятница							
Завтрак	Суп молочный с крупой (гречневой)	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94
	Чай с лимоном	180	0.07	0.01	7.10	29.00	393
	Закрытый бутерброд с повидлом	55	2.98	3.69	26.71	152.16	5
Итого завтрак			7.52	7.80	46.62	287.36	
II Завтрак	Плоды свежие (яблоко)	100	0.40	0.40	9.80	44.00	368
Итого II Завтрак			0.40	0.40	9.80	44.00	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	3.29	3.16	9.79	80.85	81
	Салат из белокочанной капусты	40	0.56	2.03	3.60	34.96	20
	Пюре картофельное	130	2.65	4.16	17.71	118.95	321
	Запеканка из печени с рисом	60	7.43	2.96	8.20	89.20	294
	Напиток из плодов шиповника	180	0.61	0.25	18.67	79.00	398
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.60	
	Гренки из пшеничного хлеба (1 вариант).	10	1.24	0.15	7.60	36.82	115
Итого обед			18.42	13.19	78.93	509.38	
Полдник	Булочка "Дорожная".	30	2.03	12.12	9.64	103.60	470
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107.00	397
Итого полдник			5.70	15.31	25.46	210.60	
Итого за десятый день			32.04	36.70	160.81	1051.34	
Итого за период			321	349	1524	10503	
Среднее значение за период			32	35	152	1050	

Прошнуровано,
проинвентаризовано и скреплено
печатью на *12*
двенадцати
листах

«*12*» *12* *2007* г.
Директор МБОУ
«*Воскресенская*» школы
И.С. *Иванова*

