

Меню на 23 сентября 2024 год

1-3 лет

Утверждаю:

Директор МБОУ ЦО

№7 ит. Данилина-Горкавича А.А.

Букренева К.Г.



Наименование блюда	Выход, грамм	Выход, грамм
Завтрак-1		
Каша манная молочная жидкая	150	161,50
Чай с молоком	150	60,70
Батон нарезной /Масло сливочное/сыр	30/5/15	167,40
Завтрак-2		
Напиток из шиповника	100	48,50
Обед		
Салат из свежих огурцов	30	30,60
Щи из свежей капусты с картофелем , сметаной	10/150/5	85,10
Биточки из говядины с соусом сметанным с томатом и луком	70/30	111,27
Каша гречневая рассыпчатая	110	185,50
Кисель из свежих ягод(черная смородина)	150	69,00
Хлеб пшеничный	30	33,10
Хлеб ржаной	40	69,00
Полдник		
Молоко кипяченое	150	79,50
Печенье сахарное	50	208,50
Яблоко свежее	95	45,00
Ужин		
Запеканка из творога с молоком сгущенным	100/20	435,00
Чай с сахаром	150	
Итого за день энергетическая ценность в Ккал:		1837 Ккал

Зав. отделом по питанию:

Калькулятор:

Иванова Л.П

Шихова Т.А..

Меню на 24 сентября 2024 год

с 1 года до 3 лет

Утверждаю:

Директор МБОУ ЦО

№7 им.Дунина-Горкавича А.А

Букренева К.Г.



МЕНЮ



Наименование блюда	Выход, грамм	Ккал.
Завтрак-1		
Каша рисовая жидкая, молочная	150	172,05
Какао с молоком	150	118,80
Батон нарезной /масло сливочное	30/5	116,00
Завтрак-2		
Сок фруктовый	100	48,00
Обед		
Салат из свеклы с черносливом и маслом растительным	30	59,17
Уха «Рыбацкая»	150	100,23
Азу с говядиной	50/120	229,80
Чай с лимоном	150/5	45,70
Хлеб ржаной/хлеб пшеничный	20/30	34,8/33,10
Полдник		
Ряженка	150	80,00
Мандарин свежий	95	36,00
Манник	50	81,50
Ужин		
Омлет натуральный	65	106,00
Напиток из шиповника	150	69,00
Хлеб ржаной	20	34,80
Итого за день энергетическая ценность в Ккал:		1359 Ккал

Зав. отделом по питанию:

Иванова Л.П

Калькулятор:

Шихова Т.А..

Меню на 25 сентября 2024 год

С 1 года до 3 лет

Утверждаю:
 Директор МБОУ ЦО
 №7 им. Дунина-Горкавича А.А.
 Букренева К.Г.



МЕНЮ



Наименование блюда	Выход, грамм	Ккал.
Завтрак-1		
Суп молочный с макаронными изделиями	150	90,30
Кофейный напиток с молоком	150	53,30
Батон нарезной /масло сливочное/сыр	30/5/10	150,30
Завтрак-2		
Чай с лимоном	100	30,50
Обед		
Салат из свежих помидоров	30	33,00
Суп картофельный с бобовыми(горох), с говядиной	15/150	49,00
Суфле из печени с соусом	70/30	164,00
Рис припущенный	120	136,80
Компот из свежих плодов или ягод(вишня)	150	54,53
Хлеб ржаной/хлеб пшеничный	40/30	69,60/33,10
Полдник		
Йогурт	150	136,00
Мандарин	95	91,00
Пряник	50	183,00
Ужин		
Икра кабачковая	30	35,70
Картофель запеченный в сметанном соусе	150	169,00
Чай с сахаром	150	45,00
Хлеб ржаной	25	57,50
Итого за день Ккал:		1582

Зав.отделом по питанию:

Иванова Л.П

Калькулятор:

Шихова Т.А..

Меню на 26 сентября 2024 год

С 1 года до 3 лет

Утверждаю:

Директор МБОУ ЦО

№7 им. Дунцова-Горкавича А.А.

ДЛЯ ДОКУМЕНТА

Букренева К.Г.



Наименование блюда	Выход, грамм	Ккал.
Завтрак-1		
Каша пшеничная молочная жидкая	160	233,00
Чай с молоком	150	60,70
Батон нарезной /масло сливочное	30/5	116,00
Завтрак-2		
Сок фруктовый	100	48,00
Обед		
Салат из моркови с изюмом	30	37,20
Свекольник с сметаной ,зеленью.с говядиной	10/150/5	93,50
Рыба тушеная в сметанном соусе (горбуша)	50/30	48,50
Картофельное пюре	110	101,00
Напиток из шиповника	150	72,70
Хлеб пшеничный	30	33,10
Хлеб ржаной	40	69,60
Полдник		
Молоко кипяченое	150	79,50
Полоска песочная с повидлом	50	196,00
Груша свежая	95	44,00
Ужин		
Запеканка из творога с соусом яблочным	100/20	407,60
Чай с лимоном	150/5	45,70
Итого за день Ккал:		1683 Ккал

Зав.отделом по питанию:

Калькулятор:

Иванова Л.П.

Шихова Т.А.

Иванова Л.П

Шихова Т.А.

Меню на 27 сентября 2024 год

С 1 года до 3 лет

Утверждаю:

Директор МБОУ ЦО

№7 им. Данина-Горкавича А.А.

Букренева К.Г.



Наименование блюда	Выход, грамм	Ккал.
Завтрак-1		
Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая	155	177,00
Какао с молоком	150	108,00
Батон нарезной /масло сливочное/сыр	30/5/10	150,30
Завтрак-2		
Компот из плодов сушеных (чернослив)	100	40,50
Обед		
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	19,20
Борщ из свежей капусты	150/5	105,70
Котлета из мяса птицы припущенная с соусом сметанным с томатом и луком	50/30	94,80
Каша гречневая отварная рассыпчатая	120	106,20
Компот из свежих плодов или ягод (яблоки)	150	72,00
Хлеб ржаной/хлеб пшеничный	20/30	67,90
Полдник		
Ряженка	150	75,00
Мармелад/вафли	40/25	303,00
Банан свежий	95	36,00
Ужин		
Омлет натуральный	65	106,00
Напиток из шиповника	150	69,00
Хлеб ржаной	20	34,80
Итого за день Ккал:		1601 Ккал

Зав.отделом по питанию:

Калькулятор:

Иванова Л.П.
Шихова Т.А.

Иванова Л.П.
Шихова Т.А.

Меню на 23 сентября 2024 год

3-7 лет

Утверждаю:

Директор МБОУ ЦО

№ 7 им. Дунина-Горжавича А.А.

Букренева К.Г.



МЕНЮ



Наименование блюда	Выход, грамм	Ккал.
Завтрак-1		
Каша манная молочная жидкая	200	215
Чай с сахаром и молоком	200	81,00
Батон нарезной /Масло сливочное/сыр	40/5/10	176,50
Завтрак-2		
Напиток из шиповника	100	48,50
Обед		
Салат из свежих огурцов	50	51,00
Щи из свежей капусты с картофелем , сметаной ,говядиной	10/200/5	66,40
Биточки из говядины с соусом сметанным с томатом и луком	70/30	235,67
Каша гречневая рассыпчатая	150	253,05
Кисель из свежих ягод (черная смородина)	200	87,00
Хлеб пшеничный	40	94,00
Хлеб ржаной	50	115,00
Полдник		
Молоко кипяченое	150	106,00
Печенье сахарное	50	208,00
Яблоко	100	47,00
Ужин		
Запеканка из творога с молоком сгущенным	100/20	348,60
Чай с сахаром	200	60,00
Итого за день энергетическая ценность в Ккал:		1837 Ккал

Зав. отделом по питанию:
Калькулятор:

Иванова Л.П.
Шихова Т.А.

Иванова Л.П.
Шихова Т.А.

Меню на 24 сентября 2024 год

3-7 лет

Утверждаю:
 Директор МБОУ ЦО
 №7 им. Дунина-Горкавича А.А.
 Букренева К.Г.



МЕНЮ



Наименование блюда	Выход, грамм	Ккал.
Завтрак-1		
Каша рисовая жидкая, молочная	200	229,40
Какао с молоком	200	144,00
Батон нарезной /масло сливочное	40/5	142,20
Завтрак-2		
Сок фруктовый	100	46,00
Обед		
Салат из свеклы с черносливом	50	62,00
Уха «Рыбацкая»	200	104,20
Азу с говядиной	70/150	336,00
Чай с лимоном	200/5	54,80
Хлеб ржаной/хлеб пшеничный	25/40	57,50/94,00
Полдник		
Ряженка	200	100,00
Мандарин свежий	100	38,00
Манник	50	81,50
Ужин		
Омлет натуральный	100	163,00
Напиток из шиповника	200	92,00
Хлеб ржаной	25	57,50
Итого за день энергетическая ценность в Ккал:		1837 Ккал

Зав. отделом по питанию:

Иванова Л.П

Калькулятор:

Шихова Т.А..

Меню на 25 сентября 2024 год

3-7 лет



Утверждаю:

Директор МБОУ ЦО

№7 ул. Дунина-Горкавича А.А.

Букренева К.Г.



МЕНЮ



Наименование блюда	Выход, грамм	Ккал.
Завтрак-1		
Суп молочный с макаронными изделиями	200	120,40
Кофейный напиток с молоком	200	71,10
Батон нарезной /масло сливочное/сыр	40/5/10	176,50
Завтрак-2		
Чай с лимоном	100	30,50
Обед		
Салат из свежих помидоров	50	55,00
Суп картофельный с бобовыми(горох)с говядиной	200	65,34
Суфле из печени	70/50	164,00
Рис припущенный	150	171,00
Компот из свежих плодов или ягод(вишня)	200	72,70
Хлеб ржаной/хлеб пшеничный	25/40	57,50/94,00
Полдник		
Йогурт	200	174,00
Мандарины	100	96,00
Пряник	50	183,00
Ужин		
Икра кабачковая	50	59,50
Картофель запеченный в сметанном соусе	150	169,00
Чай с сахаром	200	60,00
Хлеб ржаной	25	57,50
Итого за день Ккал:		1877 Ккал

Зав. отделом по питанию:

Калькулятор:

Иванова Л.П

Шихова Т.А..

Меню на 26 сентября 2024 год

3-7 лет

Утверждаю:

Директор МБОУ ЦО
№7 им. Жукина-Горкавича А.А.
Букренева К.Г.



Наименование блюда	Выход, грамм	Ккал.
Завтрак-1		
Каша пшеничная молочная жидкая	200	283,60
Чай с молоком	200	81,00
Батон нарезной /масло сливочное	40/5	142,20
Завтрак-2		
Сок фруктовый	100	46,00
Обед		
Салат из моркови с яблоком	50	62,00
Свекольник с зеленью , сметаной	200/5	101,30
Рыба тушеная в сметанном соусе	70/50	68,00
Картофельное пюре	150	119,60
Напиток из шиповника	200	97,00
Хлеб пшеничный	40	94,00
Хлеб ржаной	50	115,00
Полдник		
Кефир	200	100,00
Полоска песочная с повидлом	50	196,00
Груша свежая	100	49,00
Ужин		
Запеканка из творога с соусом яблочным	100/20	296,10
Чай с лимоном	200/7	61,00
Итого за день энергетическая ценность в Ккал:		1883 Ккал

Зав.отделом по питанию:

Калькулятор:

Иванова Л.П.
Шихова Т.А.

Иванова Л.П.

Шихова Т.А.