

Меню на 13 мая 2024 год

1-3 года

Утверждаю:

Директор МБОУ ЦО №7

И.М. Жукина-Горкавича А.А.

Букренева К.Г.



Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак - 1		
Каша молочная рисовая жидкая	150	80,6
Масло сливочное	5	37,4
Кофейный напиток с молоком (2 вариант)	150	59,2
Батон нарезной	30	78,6
Итого:	335	255,8
Завтрак 2-ой		
Сок фруктовый	100	46
Итого:	100	46
Обед		
Кукуруза с яйцом и луком	30	55,5
Рассольник « Ленинградский» с мясом	150/10/5	93,9
Биточки из говядины	50	143
Соус сметанный с томатом и луком	30	35,6
Макароны отварные	120	116
Кисель из свежих ягод (вишня)	150	65
Хлеб ржаной	20	34,8
Хлеб пшеничный	30	33,1
Итого:	595	576,9
Полдник		
Молоко кипячёное	150	79,5
Яблоко свежее	95	45
Булочка Ванильная	60	198
Итого:	305	322,5
Ужин		
Суп-пюре из картофеля	150	105
Чай с сахаром	150	45
Хлеб ржаной (сухарики)	20	34,8
Итого:	320	185
Итого за день:	1655	1386
Норма:		1400

Калькулятор :

Зав.производством:

Иванова
И.И.

Шихова Т.А.

Иванова Л.П.

Меню на 14 мая 2024 год

1-3года

Утверждаю:

Директор МБОУ ЦО №7

Им. Дупина-Горкавича А.А.

_____ Букренева К



Наименование блюда	Выход, грамм	Ккал.
Завтрак-1		
Каша пшеничная молочная жидкая	150	169,60
Чай с сахаром и молоком	150	60,70
Батон нарезной / масло сливочное/сыр	30/5/15	167,40
Завтрак-2		
Компот из черной смородины	100	35,50
Обед		
Винегрет овощной	30	39,00
Щи из свежей капусты с картофелем , сметаной	150	85,10
Плов из отварной говядины	150	273,00
Напиток из плодов шиповника	150	72,70
Хлеб ржаной	40	69,60
Хлеб пшеничный	30	33,10
Полдник		
Йогурт	150	136,00
Печенье сахарное	50	208,50
Груша свежая	95	44,00
Ужин		
Пудинг творожный запеченный	100	258,00
Соус яблочный	25	98,70
Чай с лимоном	150/3	45,70
Итого за день::		1900 Ккал

Зав. отделом по питанию:

Иванова Л.П

Калькулятор:

Шихова Т.А..

Меню на 15 мая 2024 год

1-3года



Утверждаю:

Директор МБОУ ЦО №7

Им. Дунина-Горкавича А.А.

Букренева К.



Наименование блюда	Выход блюда гр	Ккал.
Завтрак-1		
Каша пшеничная молочная жидкая	150	211,80
Какао с молоком	150	118,80
Батон нарезной /Масло сливочное	30/5	116,00
Завтрак-2		
Сок фруктовый	100	48,00
Обед		
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	19,20
Суп картофельный с бобовыми ,говядиной	150	64,80
Тефтели из говядины в молочном соусе	80	102,00
Пюре картофельное	110	185,50
Компот из плодов сушеных(курага)	150	89,10
Хлеб ржаной/хлеб пшеничный	20/30	67,90
Полдник		
Молоко кипяченое	150	100,00
Кекс творожный	50	258,00
Банан свежий	95	91,00
Ужин		
Омлет натуральный	65	106,00
Икра кабачковая	30	35,70
Напиток из шиповника	150	69,00
Хлеб ржаной	20	34,80
Итого за день :		1400 Ккал

Зав. отделом по питанию:

Иванова Л.П

Калькулятор:

Шихова Т.А..

Меню на 16 мая 2024 год

1-3года

Утверждаю:

Директор МБОУ ЦО №7

Им. Дунина-Горкавича А.А

Букренева К.



Наименование блюда	Выход, грамм	Ккал.
Завтрак-1		
Каша кукурузная молочная жидкая	150	180,00
Кофейный напиток с молоком	150	59,20
Батон нарезной /масло сливочное/сыр	30/5/10	150,30
Завтрак-2		
Компот из кураги	100	40,50
Обед		
Салат из б/к капусты с морковью	30	33,30
Суп картофельный с рыбой(горбуша)	150	86,10
Жаркое «По-домашнему» с говядиной	50/110	275,00
Напиток из плодов шиповника	150	72,70
Хлеб ржаной/пшеничный	20/30	67,90
Полдник		
Пряник	50	183,00
Яблоко свежее	95	45,00
Ряженка	150	75,00
Ужин		
Макаронные изделия отварные с сыром	120/10	178,00
Чай с лимоном	150/3	45,70
Хлеб ржаной	20	34,80
Итого за день :		1525

Зав. отделом по питанию:

Иванова Л.П

Калькулятор:

Шихова Т.А..

Меню на 17 мая 2024 год

1-3года

Утверждаю:

Директор МБОУ ЦО №7
Им. Дунина-Горкавича А.А.
Букренева К.



Наименование блюда	Выход, грамм	Ккал.
Завтрак-1		
Каша «Дружба» молочная	150	172,05
Чай с сахаром и молоком	150	60,70
Батон нарезной /Масло сливочное	30/5	116,00
Завтрак-2		
Напиток из шиповника	100	48,50
Обед		
Салат из моркови с яблоком	30	37,20
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	66,60
Котлета припущенная из птицы с соусом сметанным томатом и луком	50/30	129,60
Рис припущенный	120	110,00
Компот из сухофруктов	150	82,50
Хлеб ржаной/хлеб пшеничный/	20/30	34,8/33,10
Полдник		
Манник	50	81,50
Груша свежая	95	44,00
Молоко кипяченое	150	79,50
Ужин		
Рагу из овощей с кабачками	120	106,00
Чай с лимоном	150/5	45,70
Хлеб ржаной	20	34,80
Итого за день Ккал:		1281,00

Зав. отделом по питанию:

Калькулятор:

Иванова Л.П

Шихова Т.А..

Меню на 13 мая 2024 год

3-7 лет

Утверждаю:

 Директор МБОУ ЦО №7
 И.И. Данина-Горкавича А.А.

 Букренева К.Г.



Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак - 1		
Каша рисовая молочная жидкая	200	229,4
Масло сливочное	5	37,4
Кофейный напиток с молоком	200	79
Батон нарезной	40	104,80
Итого:	445	450,6
Завтрак 2-ой		
Сок фруктовый	200	92
Итого:	200	92
Обед		
Кукуруза с яйцом и луком	50	92,5
Рассольник « Ленинградский»	200/10/5	117,7
Бефстроганов из говядины	70/30	155
Макароны отварные	150	120
Кисель из свежих ягод (вишня)	200	87
Хлеб ржаной	25	57,5
Хлеб пшеничный	40	94
Итого:	780	724
Полдник		
Молоко кипячённое	200	106
Яблоко свежее	100	47
Булочка Ванильная	50	46
Итого:	350	199
Ужин		
Суп-пюре из картофеля	200	141
Чай с сахаром	200	60
Хлеб ржаной (сухарики)	25	57,5
Итого:	425	259
Итого за день:	2200	1725

Калькулятор:

Зав.столовой:

Шихова

Иванова

Шихова Т.А.

Иванова Л.П.

Л.П. Иванова

Меню на 14 мая 2024 год

3-7 лет



Утверждаю:
 Директор МБОУ ЦО №7
 Им. Дурова-Горкавича А.А.
М.М. Букренева Букренева К.Г.



Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак - 1		
Каша молочная пшеничная жидкая	200	186,6
Чай с молоком (1 вариант)	200	72,8
Масло сливочное	5	37,4
Сыр порционно	10	34,3
Батон нарезной	40	104,8
Итого:	455	436
Завтрак 2-ой		
Компот из чёрной смородины	100	35,5
Итого:	100	35,5
Обед		
Винегрет овощной	50	65
Плов из отварной говядины	70/150	273
Щи из свежей капусты с картофелем	200	95
Напиток из плодов шиповника	200	87
Хлеб ржаной	50	115
Хлеб пшеничный	40	94
Итого:	760	729
Полдник		
Йогурт	200	174
Печенье сахарное	50	208,5
Груша свежая	100	49
Итого:	350	431
Ужин		
Соус яблочный	25	98,7
Пудинг творожный запечённый	100	258
Чай с сахаром и лимоном	200/7	61
Итого:	332	418
Итого за день:	1997	2049

Калькулятор :
 Зав. столовой:

Шихова

Шихова Т.А.
 Иванова Л.П.

**Меню на 15 мая 2024 год
3-7 лет**



Утверждаю:

Директор МБОУ ЦО №7
Им. Духана Горкавича А.А.

Букренева К.Г.



Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак - 1		
Каша молочная пшённая	200	255
Какао с молоком (1 вариант)	200	129
Масло сливочное	5	37,4
Батон нарезной	40	104,8
Итого:	445	526
Завтрак 2-ой		
Сок фруктовый	200	92
Итого:	200	92
Обед		
Салат из свежих помидор и огурцов	50	32
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	80
Тефтели из говядины в молочном соусе	70/30	119
Пюре картофельное	150	252
Компот из плодов сушёных (кураги)	200	73
Хлеб ржаной	25	57,5
Хлеб пшеничный	40	94
Итого:	765	707
Полдник		
Молоко кипячённое	200	106
Кекс творожный	50	109
Банан свежий	100	96
Итого:	350	311
Ужин		
Икра кабачковая	50	59,5
Омлет натуральный	100	163
Хлеб ржаной	25	57,5
Напиток из шиповника	200	92
Итого:	375	372
Итого за день:	2145	2008

Калькулятор:
Зав. столовой:

Иванова Л.П.
Шихова Т.А.

Шихова Т.А.
Иванова Л.П.

Л

Меню на 16 мая 2024 год

3-7 лет

Утверждаю:
 Директор МБОУ ЦО №7
 И.А. Дупина-Горкавича А.А.
 Букренева К.Г.



МЕНЮ



Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак - 1		
Каша кукурузная молочная жидкая	200	240
Масло сливочное	5	37,4
Сыр порционнно	10	34,3
Кофейный напиток с молоком (2 вариант)	200	71,1
Батон нарезной	40	104,8
Итого:	455	487
Завтрак 2-ой		
Компот из плодов сушёных(курага)	100	40,5
Итого:	100	40,5
Обед		
Салат из белокочанной капусты с морковью	50	55,5
Суп картофельный с рыбой	200	143,5
Жаркое по-домашнему с говядиной	70/150	379
Напиток из плодов шиповника	200	97
Хлеб ржаной	25	57,5
Хлеб пшеничный	40	94
Итого:	735	826,5
Полдник		
Ряженка	200	100
Булочка Ванильная	50	46
Яблоко свежее	100	47
Итого:	350	193
Ужин		
Макаронные изделия отварные с сыром	130/10	176
Хлеб ржаной	25	57,5
Чай с сахаром и лимоном	200/7	61
Итого:	372	294
Итого за день:	2012	1841

Калькулятор:
 Зав. столовой:

Шихова
ИИ

Шихова Т.А.
 Иванова Л.П.

И

Меню на 17 мая 2024 год

3-7 лет

Утверждаю:

Директор МБОУ ЦО №7

Им. Дудина-Горкавича А.А.

Букренева К.



МЕНЮ



Наименование блюда	Выход, грамм	Ккал.
Завтрак-1		
Кашиа Дружба» молочная жидкая	200	200,00
Чай с сахаром и молоком	200	72,80
Батон нарезной /Масло сливочное	40/5	142,20
Завтрак-2		
Напиток из шиповника	100	48,50
Обед		
Салат из моркови с яблоком	50	62,00
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	148,00
Шницель из птицы с соусом сметанным с томатом и луком	70/30	149,80
Рис припущенный	150	139,00
Компот из сухофруктов	200	99,00
Хлеб ржаной/хлеб пшеничный	25/40	57,5/94,00
Полдник		
Манник	50	208,50
Груша свежая	100	49,00
Кефир	200	100,00
ужин		
Рагу из овощей с кабачками	150	133,00
Чай с лимоном	200/7	61,00
Хлеб ржаной	25	57,50
Итого за день Ккал:		1942,00

Зав. отделом по питанию:

Иванова Л.П

Калькулятор:

Шихова Т.А..