



Соболева

Меню.

«21» октября 2024 год.

| <i>Завтрак.</i> | <i>Масса порции 3-7 лет</i> | <i>Энергетическая ценность (ккал)</i> |
|--|-----------------------------|---------------------------------------|
| Каша манная молочная жидкая. | 160 | 192,12 |
| Хлеб пшеничный. | 40 | 94 |
| Кофейный напиток на молоке. | 200 | 212,22 |
| Апельсин | 30 | 13,8 |
| Итого за завтрак | | 678,67 |
| <i>2-ой завтрак</i> | | |
| Кефир | 50 | 18,67 |
| Итого за 2-ой завтрак | | 18,67 |
| <i>Обед.</i> | | |
| Суп крестьянский с курицей, со сметаной. | 180 | 218,25 |
| Рыбные биточки. | 70 | 117,15 |
| Картофельное пюре. | 130 | 179,58 |
| Хлеб пшеничный. | 40 | 94 |
| Хлеб ржаной. | 50 | 87,00 |
| Компот из сухофруктов + С витаминизация. | 180 | 101,7 |
| Итого за обед | | 797,68 |
| <i>Полдник уплотнённый.</i> | | |
| Макаронны, запеченные с яйцом. | 180 | 263,57 |
| Чай с сахаром. | 200 | 50,4 |
| Итого за полдник | | 313,97 |
| Всего | | 1808,99 |

Повар. Рыбал



Утверждено
И.о. директора
ГБОУ СОШ с. Коноваловка
М.Г. Соболева

Меню.

«22» октября 2024 год.

| Завтрак. | Масса порции 3-7 лет | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------|
| Омлет натуральный. | 110 | 159,78 |
| Хлеб пшеничный. | 30 | 70,5 |
| Бутерброд с маслом | 60 | 181,33 |
| Чай с сахаром. | 200 | 50,4 |
| Яблоко | 30 | 17,6 |
| Итого за завтрак | | 479,61 |
| 2-ой завтрак | | |
| Ряженка | 50 | 34,1 |
| Итого за 2-ой завтрак | | 34,1 |
| Обед. | | |
| Суп – уха из свежей рыбы. | 180 | 150,3 |
| Капуста тушеная с курицей. | 200 | 187,89 |
| Хлеб пшеничный. | 20 | 47,0 |
| Хлеб ржаной. | 50 | 87,0 |
| Компот из свежих яблок. | 180 | 97,9 |
| Итого за обед | | 570,09 |
| Полдник уплотнённый. | | |
| Каша «Дружба» молочная жидкая. | 160 | 219,57 |
| Хлеб пшеничный. | 30 | 70,5 |
| Какао на молоке. | 200 | 236,48 |
| Итого за полдник | | 526,55 |
| Всего | | 1610,35 |

Повар. Рахел



И.о. директора
ГБОУ СОИ

Коноваловка
М.Г.Соболева

Меню.

«23» октября 2024 год.

| Завтрак. | Масса порции 3-7 лет | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|-----------------------------|---------------------------------------|
| Каша ячневая молочная жидкая. | 170 | 197,33 |
| Хлеб пшеничный. | 40 | 94 |
| Кофейный напиток. | 200 | 212,22 |
| Апельсин | 30 | 13,8 |
| Итого за завтрак | | 681,55 |
| 2-ой завтрак | | |
| Снежок | 50 | 18,67 |
| Итого за 2-ой завтрак | | 36,27 |
| Обед. | | |
| Щи с курицей, со сметаной. | 180 | 205,78 |
| Жаркое по-домашнему. | 200 | 277,66 |
| Хлеб пшеничный. | 40 | 94,0 |
| Хлеб ржаной. | 50 | 87,0 |
| Компот из сухофруктов + С витаминизация. | 180 | 79,0 |
| Итого за обед | | 743,44 |
| Полдник уплотнённый. | | |
| Запеканка из творога с маслом, сахаром. | 160 | 395,2 |
| Чай с сахаром | 180 | 50,4 |
| Итого за полдник | | 434,7 |
| Всего | | 1878,36 |

Товар. Рожь



Соколова
М.И. Соколова

Меню.

«24» октября 2024 год.

| <i>Завтрак.</i> | <i>Масса порции 3-7 лет</i> | <i>Энергетическая ценность (ккал)</i> |
|--|-----------------------------|---------------------------------------|
| Каша перловая молочная жидкая. | 140 | 166,37 |
| Бутерброд с маслом, сыром | 60 | 211,10 |
| Хлеб пшеничный. | 30 | 70,5 |
| Какао на молоке. | 180 | 152,84 |
| Яблоко | 30 | 17,6 |
| <i>Итого за завтрак</i> | | 614,61 |
| <i>2-ой завтрак</i> | | |
| Кефир | 50 | 18,67 |
| <i>Итого за 2-ой завтрак</i> | | 18,67 |
| <i>Обед.</i> | | |
| Суп картофельный с курицей, гречками, со сметаной. | 180 | 147,83 |
| Плов из отварной курицы | 200 | 367,0 |
| Хлеб пшеничный. | 20 | 47,0 |
| Хлеб ржаной. | 50 | 87,0 |
| Лимонный напиток. | 180 | 0,54 |
| <i>Итого за обед</i> | | 649,37 |
| <i>Полдник уплотнённый.</i> | | |
| Овощное рагу. | 140 | 130,91 |
| Хлеб пшеничный. | 30 | 70,5 |
| Ватрушка с повидлом | 60 | 268,1 |
| Чай с сахаром. | 180 | 50,4 |
| <i>Итого за полдник</i> | | 519,91 |
| <i>Всего</i> | | 1802,56 |

Товар. _____

Рахел



С. Коноваловка
Соболева

Меню.

«25» октября 2024 год.

| <i>Завтрак.</i> | <i>Масса порции 3-7 лет</i> | <i>Энергетическая ценность (ккал)</i> |
|--|-----------------------------|---------------------------------------|
| Суп молочный с макаронными изделиями. | 160 | 219,17 |
| Хлеб пшеничный. | 40 | 94,0 |
| Кофейный напиток на молоке. | 200 | 235,8 |
| Апельсин | 30 | 13,8 |
| Итого за завтрак | | 566,57 |
| 2-ой завтрак | | |
| Ряженка | 50 | 32 |
| Итого за 2-ой завтрак | | 32 |
| Обед. | | |
| Борщ с курицей, со сметаной. | 180 | 122,68 |
| Биточки из кур. | 70 | 102,1 |
| Каша гречневая. | 100 | 159,42 |
| Соус овощной. | 30 | 31,88 |
| Хлеб пшеничный. | 20 | 94,0 |
| Хлеб ржаной. | 50 | 87,0 |
| Компот из сухофруктов + С витаминизация. | 180 | 101,7 |
| Итого за обед | | 698,78 |
| Полдник уплотнённый. | | |
| Картофель, запеченный под омлетом | 140 | 239,0 |
| Сырники из творога с повидлом. | 120 | 214,08 |
| Чай с лимоном. | 180 | 50,4 |
| Итого за полдник | | 523,48 |
| Всего | | 1820,83 |

Повар.

Рахел