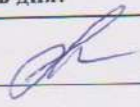


МЕНЮ на « 01 » ноября 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша пшеничная молочная	150	179	200	246	10 <sup>48</sup>	12 <sup>01</sup>
Кофейный напиток с молоком	150	107	200	134	6 <sup>86</sup>	7 <sup>77</sup>
Бутерброд с маслом	30	96	30	112	4 <sup>12</sup>	5 <sup>89</sup>
<b>Стоимость завтрака:</b>		382		492	21 <sup>46</sup>	26 <sup>07</sup>
<b>Второй завтрак:</b>						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	19 <sup>00</sup>	19 <sup>00</sup>
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		87		87	19 <sup>00</sup>	19 <sup>00</sup>
<b>Обед:</b>						
Икра свекольная	30	43	50	68	2 <sup>31</sup>	3 <sup>10</sup>
Щи на мясном бульоне со сметаной	150	147	200	145	10 <sup>85</sup>	12 <sup>44</sup>
Пирожки печеные с мясом	100	323	120	439	31 <sup>72</sup>	33 <sup>22</sup>
Компот из сушеных фруктов	150	30	200	39	2 <sup>89</sup>	3 <sup>02</sup>
Хлеб ржаной	24	53	30	65	1 <sup>22</sup>	1 <sup>69</sup>
<b>Стоимость обеда:</b>		596		786	49 <sup>12</sup>	53 <sup>40</sup>
<b>Уплотненный полдник с включением блюда ужина:</b>						
Рагу овощное	150	140	200	219	11 <sup>00</sup>	12 <sup>00</sup>
Хлеб пшеничный	25	61	55	85	1 <sup>60</sup>	2 <sup>32</sup>
Чай с сахаром	150	32	200	39	1 <sup>00</sup>	1 <sup>26</sup>
Печенье / Вафли	20	81	20	81	5 <sup>00</sup>	5 <sup>00</sup>
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		323		424	18 <sup>60</sup>	20 <sup>58</sup>
<b>Калорийность дня:</b>		1388		1789		
<b>Стоимость дня:</b>					108 <sup>24</sup>	119 <sup>02</sup>

Руководитель СП «Детский сад №17»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

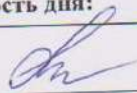


Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 03 » ноября 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша ассорти молочная	150	185	200	243	1078	1218
Какао с молоком	150	100	200	131	648	733
Бутерброд с сыром	35	102	40	114	699	872
<b>Стоимость завтрака:</b>		387		488	2365	2823
<b>Второй завтрак:</b>						
Фрукт свежий / Фруктовый салат	140	72	150	77	3740	3980
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		72		77	3740	3980
<b>Обед:</b>						
Салат из свежих помидоров с луком	35	28	55	38	479	620
Рассольник на курином бульоне со сметаной	150	141	200	174	952	1007
Картофель тушеный с курицей	150	239	185	303	2302	2731
Напиток из плодов шиповника	150	33	200	43	513	694
Хлеб пшеничный	25	61	35	85	167	231
Хлеб ржаной	25	55	30	65	141	174
<b>Стоимость обеда:</b>		537		708	4534	5157
<b>Уплотненный полдник с включением блюد ужина:</b>						
Салат из моркови	40	23	60	34	205	300
Сочник с творогом	95	323	115	399	2047	2770
Кисломолочный напиток	143	90	143	90	970	970
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		436		523	3222	3300
<b>Калорийность дня:</b>	1452		1796		13881	15960
<b>Стоимость дня:</b>					13881	15960

Руководитель СП «Детский сад №17»  
ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 7 » ноября 2023 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Суп вермишелевый с овощами	150	79	200	142	648	754
Чай с сахаром	150	33	200	38	099	118
Бутерброд с маслом	30	109	35	125	478	612
<b>Стоимость завтрака:</b>		221		305	1225	1527
<b>Второй завтрак:</b>						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		87		87	1900	1900
<b>Обед:</b>						
Салат из соленых огурцов с луком	40	28	65	43	306	400
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	166	200	184	1034	1166
Запеканка рисовая с мясом	153	293	185	327	3115	3472
Компот из сушеных фруктов	150	31	200	40	291	332
Хлеб пшеничный	25	61	35	85	167	231
Хлеб ржаной	25	53	30	65	134	174
<b>Стоимость обеда:</b>		634		744	5077	5775
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Салат из моркови	39	23	60	33	285	311
Оладьи из творога со сгущенным молоком	135	322	180	434	2390	2539
Какао с молоком	170	114	225	150	683	723
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		459		617	3358	3375
<b>Калорийность дня:</b>	1401		1753			
<b>Стоимость дня:</b>					11560	12475

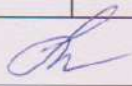
Руководитель СП «Детский сад №17»  
ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани

Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «08» ноября 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша ячневая молочная	150	195	200	248	948	1131
Какао с молоком	155	103	205	134	672	733
Бутерброд с сыром	40	112	45	126	731	974
<b>Стоимость завтрака:</b>		410		508	2351	2838
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	145	79	145	79	843	843
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		79		79	843	843
<b>Обед:</b>						
Салат из горошка зеленого консервированного	35	33	45	44	588	798
Щи на овощном бульоне со сметаной	150	109	200	146	816	989
Котлеты "Сочные" (п/ф) в томатном соусе	50/25	150	50/30	121	1900	1900
Пюре картофельное	90	141	125	189	1003	1154
Компот из яблок	150	57	200	73	849	1024
Хлеб пшеничный	24	58	33	81	147	220
Хлеб ржаной	24	52	30	65	139	166
<b>Стоимость обеда:</b>		600		769	5437	6254
<b>Уплотненный полдник с включением блюдо ужина:</b>						
Рыба, запеченная в омлете	115	186	150	280	2339	2531
Салат из картофеля с соевыми огурцами	55	48	75	64	382	506
Хлеб пшеничный	21	50	28	69	135	186
Чай с лимоном	150	34	200	42	225	290
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		318		455	3081	3515
<b>Калорийность дня:</b>		14107		1811		
<b>Стоимость дня:</b>					11712	13446

Руководитель СП «Детский сад №17»  
ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани

  
Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 9 » ноября 2023 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Если	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Если	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша геркулесовая молочная	150	190	200	259	1138	1300
Кофейный напиток с молоком	150	112	200	138	699	781
Бутерброд с маслом	30	96	35	114	384	588
<b>Стоимость завтрака:</b>		398		511	2212	2668
<b>Второй завтрак:</b>						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		87		87	1900	1900
<b>Обед:</b>						
Салат из белокочанной капусты	30	30	50	47	211	259
Суп гороховый на мясном бульоне	150	146	200	163	456	1049
Суфле из отварного мяса	50	199	70	227	364	3819
Макаронные изделия отварные с маслом	80	106	100	145	352	410
Компот из сушеных фруктов	150	31	200	39	248	351
Хлеб пшеничный	23	55	32	77	167	209
Хлеб ржаной	23	50	30	65	127	160
<b>Стоимость обеда:</b>		617		763	5733	6237
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Картофель в молоке	155	195	185	223	1137	1209
Чай с сахаром	23	55	27	66	150	179
Хлеб пшеничный	150	29	200	37	115	130
Сдоба Выборгская	100		100		230	230
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		279		326	3712	3828
<b>Калорийность дня:</b>		1381		1687		
<b>Стоимость дня:</b>					13563	14621

Руководитель СП «Летский сад №17»  
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани

Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 10 ноября » 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша ассорти молочная	150	180	200	239	1073	1223
Какао с молоком	145	96	190	126	588	694
Бутерброд с повидлом	35	93	45	104	981	428
<b>Стоимость завтрака:</b>		369		469	2042	2345
<b>Второй завтрак:</b>						
Фруктовый салат	135	69	145	74	3540	3790
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		69		74	3540	3790
<b>Обед:</b>						
Салат из свежих огурцов	30	18	55	32	425	631
Свекольник на овощном бульоне со сметаной	150	130	205	149	944	1000
Шницель из мяса кур	40	152	50	204	1713	1841
Капуста тушеная	100	88	120	102	635	770
Напиток из плодов шиповника	150	34	200	43	577	631
Хлеб пшеничный	24	38	35	81	108	220
Хлеб ржаной	24	32	30	65	134	168
<b>Стоимость обеда:</b>		332		646	4526	5281
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Суп гречневый молочный	150	150	190	203	1049	1251
Булочка творожная	50	234	80	319	1518	1626
Чай с сахаром	150	25	200	38	711	790
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		409		560	2678	3007
<b>Калорийность дня:</b>		1379		1749		
<b>Стоимость дня:</b>					12792	14448

Руководитель СП «Детский сад №17»  
ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани

Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «13» \_\_\_\_\_ 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша манная на сгущенном молоке	150	158	200	225	938	1100
Чай с сахаром	150	31	200	38	119	121
Бутерброд с маслом	35	113	40	127	425	573
<b>Стоимость завтрака:</b>		302		390	1474	1794
<b>Второй завтрак:</b>						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		87		87	1900	1900
<b>Обед:</b>						
Огурец соленый порционно	30	5	50	9	246	343
Щи с рыбными консервами	150	84	200	123	1307	1432
Голубцы ленивые (п/ф) в томатном соусе	30/25	148	50/30	161	1909	1909
Макаронные изделия отварные с маслом	80	117	100	145	345	404
Компот из сушеных фруктов	150	35	200	40	284	354
Хлеб пшеничный	24	57	32	78	135	212
Хлеб ржаной	23	50	30	65	128	163
<b>Стоимость обеда:</b>		496		621	4425	4808
<b>Уплотненный полдник с включением блюد ужина:</b>						
Фруктовый салат	125	65	140	71	3412	3637
Ватрушка с творогом	720	329	140	433	2239	2490
Какао с молоком	155	109	205	135	639	762
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		503		639	6370	6889
<b>Калорийность дня:</b>		1388		1737		
<b>Стоимость дня:</b>					14109	15391

Руководитель СП «Детский сад №17»  
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани

Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 14 » каблри 2023 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша геркулесовая на молоке	150	190	200	243	10 <sup>53</sup>	1250
Кофейный напиток с молоком	150	104	200	125	648	719
Бутерброд с сыром	40	118	40	126	705	943
<b>Стоимость завтрака:</b>		412		494	24 <sup>06</sup>	2919
<b>Второй завтрак:</b>						
Фрукт свежий / Фруктовый салат	135	68	145	74	37 <sup>72</sup>	38 <sup>00</sup>
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		68		74	37 <sup>72</sup>	38 <sup>00</sup>
<b>Обед:</b>						
Зеленый горошек порционно	28	13	47	22	5 <sup>42</sup>	904
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	160	200	177	10 <sup>08</sup>	1142
Плов из говядины	155	298	185	333	32 <sup>54</sup>	3500
Компот из сушеных фруктов	150	34	200	40	275	303
Хлеб пшеничный	24	38	35	85	166	214
Хлеб ржаной	24	52	30	65	133	164
<b>Стоимость обеда:</b>		575		722	53 <sup>78</sup>	6323
<b>Уплотненный полдник с включением блюдо ужина:</b>						
Биточки рыбные запеченные	55	136	65	144	10 <sup>42</sup>	1276
Пюре картофельное	100	153	140	209	23 <sup>21</sup>	2598
Хлеб пшеничный	23	36	28	68	132	137
Чай с сахаром	150	36	200	38	100	123
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		380		459	36 <sup>25</sup>	4179
<b>Калорийность дня:</b>		1435		1749		
<b>Стоимость дня:</b>					151 <sup>81</sup>	17216

Руководитель СП «Детский сад №17»  
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани



Н.С. Мингачева



МЕНЮ на «15» ~~ноября~~ <sup>14</sup> 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Суп молочный пшениный	150	158	200	216	906	1137
Какао с молоком	150	99	200	132	640	751
Бутерброд с повидлом	35	87	40	99	313	408
Стоимость завтрака:		344		447	1959	2296
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	150	95	150	95	930	930
Стоимость второго завтрака:		95		95	930	930
<b>Обед:</b>						
Салат из свежей капусты и кукурузы консервированной	30	30	50	50	300	408
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	137	200	189	1240	1479
Макаронник с печенью	150	241	200	331	2870	3021
Компот из яблок	150	70	200	64	612	867
Хлеб пшеничный	22	53	30	73	145	204
Хлеб ржаной	22	48	30	63	123	154
Стоимость обеда:		579		772	5307	6186
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Омлет натуральный	100	224	120	283	731	889
Винегрет овощной	70	61	85	68	652	731
Батон	20	53	30	79	218	288
Чай с лимоном	150	32	200	40	221	268
Сдоба Выборгская	110	313	110	313	2300	2300
Стоимость уплотненного полдника:		683		783	4122	4476
<b>Калорийность дня:</b>	1701		2097			
<b>Стоимость дня:</b>					12510	13885

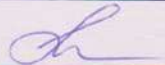
Руководитель СП «Детский сад №17»  
ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани

Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «16» ноября 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша пшеничная молочная	150	172	200	230	1011	1202
Кофейный напиток с молоком	150	102	200	126	679	719
Бутерброд с маслом	30	109	35	121	413	592
<b>Стоимость завтрака:</b>		378		486	2103	2508
<b>Второй завтрак:</b>						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		87		87	1900	1900
<b>Обед:</b>						
Икра свекольная	25	44	45	65	250	300
Щи на мясном бульоне со сметаной	150	143	200	166	1086	1240
Пирожки печеные с мясом	95	313	115	421	3028	3288
Компот из сушеных фруктов	150	30	200	40	284	374
Хлеб ржаной	25	53	30	65	140	176
<b>Стоимость обеда:</b>		585		757	4788	5336
<b>Уплотненный полдник с включением блюдо ужина:</b>						
Рагу овощное	150	149	200	223	1400	1560
Хлеб пшеничный	22	32	30	43	141	194
Чай с сахаром	150	31	200	39	119	122
Печенье / Вафли	20	81	20	81	500	500
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		313		416	2154	2384
<b>Калорийность дня:</b>		1363		1746		
<b>Стоимость дня:</b>					10945	12144

Руководитель СП «Детский сад №17»  
ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 17 » ноября 2023 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша ассорти молочная	150	184	200	249	10 <sup>44</sup>	12 <sup>97</sup>
Какао с молоком	150	102	206	135	6 <sup>59</sup>	7 <sup>87</sup>
Бутерброд с сыром	35	111	40	125	7 <sup>0</sup>	9 <sup>97</sup>
<b>Стоимость завтрака:</b>		400		509	24 <sup>16</sup>	30 <sup>57</sup>
<b>Второй завтрак:</b>						
Фрукт свежий / Фруктовый салат	120	62	130	68	33 <sup>00</sup>	34 <sup>62</sup>
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		62		68	33 <sup>00</sup>	34 <sup>62</sup>
<b>Обед:</b>						
Салат из свежих помидоров с луком	30	25	30	37	4 <sup>36</sup>	5 <sup>75</sup>
Рассольник на курином бульоне со сметаной	150	128	200	168	8 <sup>24</sup>	9 <sup>36</sup>
Картофель тушеный с курицей	135	210	165	277	23 <sup>48</sup>	24 <sup>48</sup>
Напиток из плодов шиповника	150	32	100	42	5 <sup>07</sup>	6 <sup>42</sup>
Хлеб пшеничный	19	47	25	67	1 <sup>28</sup>	1 <sup>76</sup>
Хлеб ржаной	23	50	30	63	1 <sup>28</sup>	1 <sup>60</sup>
<b>Стоимость обеда:</b>		492		644	43 <sup>71</sup>	49 <sup>37</sup>
<b>Уплотненный полдник с включением блюда ужина:</b>						
Салат из моркови	40	22	60	33	3 <sup>10</sup>	4 <sup>00</sup>
Сочник с творогом	85	310	105	392	20 <sup>56</sup>	21 <sup>71</sup>
Кисломолочный напиток	148	93	148	93	8 <sup>57</sup>	8 <sup>57</sup>
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		425		578	32 <sup>23</sup>	33 <sup>28</sup>
<b>Калорийность дня:</b>	1379		1739			
<b>Стоимость дня:</b>					133 <sup>10</sup>	146 <sup>28</sup>

Руководитель СП «Детский сад №17»  
ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани

Н.С. Мингачева

Утверждаю  
 И.о. директора ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани  
 «17» \_\_\_\_\_ 2023 год  
 О.А. Ометова

МЕНЮ на «10» исебры 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Суп вермишелевый с овощами	150	77	200	144	524	694
Чай с сахаром	150	35	200	39	125	153
Бутерброд с маслом	30	107	35	129	524	625
<b>Стоимость завтрака:</b>		219		312	1180	1508
<b>Второй завтрак:</b>						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		87		87	1900	1900
<b>Обед:</b>						
Салат из соленых огурцов с луком	35	26	60	42	313	429
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	154	200	172	1088	1273
Запеканка рисовая с мясом	153	292	185	393	3821	4022
Компот из сушеных фруктов	150	30	200	40	244	352
Хлеб пшеничный	23	56	32	78	152	211
Хлеб ржаной	23	50	30	65	129	159
<b>Стоимость обеда:</b>		608		730	5778	6443
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Салат из моркови	40	22	60	34	263	325
Оладьи из творога с повидлом	95	242	125	329	1984	2184
Какао с молоком	100	105	210	139	669	727
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		369		502	2919	3346
<b>Калорийность дня:</b>	1283		1631			
<b>Стоимость дня:</b>					11778	13194

Руководитель СП «Детский сад №17»  
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани \_\_\_\_\_

Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 21 » ноября 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша манная молочная	150	182	200	239	839	10 <sup>06</sup>
Кофейный напиток с молоком	150	104	200	129	673	721
Бутерброд с повидлом	40	104	45	118	301	453
<b>Стоимость завтрака:</b>		390		486	1813	2182
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	146	92	146	92	840	840
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		92		92	840	840
<b>Обед:</b>						
Салат из свеклы	35	29	53	47	113	245
Суп картофельный с макаронными изделиями	160	113	200	131	854	932
Пирожки печеные с печенью	100	288	115	342	2531	2616
Компот из сушеных фруктов	150	30	200	39	272	375
Хлеб ржаной	24	53	30	65	136	172
<b>Стоимость обеда:</b>		513		624	4000	4310
<b>Уплотненный полдник с включением блюда ужина:</b>						
Рыба, запеченная в омлете	115	190	145	267	2804	3171
Салат из картофеля с солеными огурцами	50	48	70	68	346	437
Чай с лимоном	24	59	34	83	161	226
Хлеб пшеничный	150	33	200	40	215	258
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		330		458	3526	4029
<b>Калорийность дня:</b>		1325		1660		
<b>Стоимость дня:</b>					10204	11361

Руководитель СП «Детский сад №17»  
ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани

Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «28» ноября 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша ячневая молочная	150	188	200	238	10 <sup>28</sup>	12 <sup>42</sup>
Какао с молоком	150	98	200	131	672	7 <sup>28</sup>
Бутерброд с сыром	40	116	45	125	830	10 <sup>72</sup>
<b>Стоимость завтрака:</b>		402		504	2520	3042
<b>Второй завтрак:</b>						
Фрукт свежий /Фруктовый салат	130	69	140	74	3254	34 <sup>80</sup>
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		69		74	3254	34 <sup>80</sup>
<b>Обед:</b>						
Салат из свежих огурцов	30	17	50	32	325	553
Щи на овощном бульоне со сметаной	150	109	200	147	859	934
Котлеты "Сочные" (п/ф) в томатном соусе	50/25	146	50/30	167	1950	1950
Пюре картофельное	100	157	140	214	771	873
Компот из яблок	150	53	200	70	721	955
Хлеб пшеничный	22	34	31	76	144	208
Хлеб ржаной	22	49	30	65	124	158
<b>Стоимость обеда:</b>		585		771	4957	5380
<b>Уплотненный полдник с включением блюдо ужина:</b>						
Запеканка рисовая со сгущенным молоком	150	246	180	322	1206	1806
Кисломолочный напиток	150	95	150	95	930	930
Батон	22	38	28	72	228	202
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		399		489	2871	2938
<b>Калорийность дня:</b>		1455		1838		
<b>Стоимость дня:</b>					1366	15790

Руководитель СП «Детский сад №17»  
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани




Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 23 » ноября 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Яели	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Яели	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша геркулесовая молочная	150	189	200	251	1080	1239
Кофейный напиток с молоком	150	108	200	134	694	745
Бутерброд с маслом	30	100	35	121	328	634
<b>Стоимость завтрака:</b>		397		506	2304	2623
<b>Второй завтрак:</b>						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
Сдоба Выборгская	107	303	107	303	2500	2800
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		390		390	4400	4700
<b>Обед:</b>						
Салат из белокочанной капусты	30	26	50	47	257	311
Суп гороховый на мясном бульоне	150	139	200	164	1157	1204
Суфле из отварного мяса	53	202	75	234	3694	3818
Макаронные изделия отварные с маслом	80	107	100	145	327	421
Компот из сушеных фруктов	150	29	200	39	205	328
Хлеб пшеничный	21	52	30	73	145	799
Хлеб ржаной	26	57	35	76	704	782
<b>Стоимость обеда:</b>		612		778	5979	6521
<b>Уплотненный подник с включением блюд ужина:</b>						
Каргофель в молоке	155	195	185	220	1235	1369
Чай с сахаром	150	52	200	38	712	129
Хлеб пшеничный	24	27	26	62	140	170
<b>Стоимость уплотненного подника:</b>		272		320	1477	1668
<b>Калорийность дня:</b>		1671		1994		
<b>Стоимость дня:</b>					13836	15064

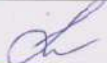
Руководитель СП «Детский сад №17»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

  
 Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «24» ноября 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша ассорти молочная	150	183	200	246	1035	1284
Какао с молоком	150	99	200	132	675	734
Бутерброд с повидлом	35	84	35	95	294	390
<b>Стоимость завтрака:</b>		366		473	2004	2444
<b>Второй завтрак:</b>						
Фруктовый салат	135	71	140	75	335	356
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		71		75	335	356
<b>Обед:</b>						
Салат из горошка зеленого консервированного	30	31	50	49	69	848
Свекольник на овощном бульоне со сметаной	160	129	210	157	817	939
Шницель из мяса кур	45	163	60	225	1969	2195
Капуста тушеная	100	85	120	102	702	800
Напиток из плодов шиповника	150	32	200	42	549	620
Хлеб пшеничный	20	47	27	63	128	177
Хлеб ржаной	23	30	30	65	128	160
<b>Стоимость обеда:</b>		537		699	4984	5744
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Суп гречневый молочный	150	154	200	216	1128	1303
Булочка творожная	60	229	80	319	1610	1786
Чай с сахаром	150	25	200	38	112	128
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		408		573	2860	3217
<b>Калорийность дня:</b>	1382		1820			
<b>Стоимость дня:</b>					13199	14918

Руководитель СП «Детский сад №17»  
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани



Н.С. Мингачева



Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани  
 И. В. Рушак  
 2023 год

МЕНЮ на «27» ноября 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша манная на сгущенном молоке	150	157	200	228	949	1106
Чай с сахаром	150	5	200	37	112	125
Бутерброд с маслом	35	110	40	127	570	675
<b>Стоимость завтрака:</b>		270		392	1591	1876
<b>Второй завтрак:</b>						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		87		87	1900	1900
<b>Обед:</b>						
Огурец соленый порционно	31	5	50	9	269	347
Щи с рыбными консервами	150	80	200	122	1328	1597
Голубцы ленивые (п/ф) в томатном соусе	50/25	157	50/30	163	1900	1900
Макаронные изделия отварные с маслом	80	115	100	145	381	400
Компот из сушеных фруктов	150	6	200	38	278	328
Хлеб пшеничный	24	57	33	79	145	214
Хлеб ржаной	23	50	30	65	128	152
<b>Стоимость обеда:</b>		470		621	4429	4953
<b>Уплотненный полдник с включением блюда ужина:</b>						
Фруктовый салат	140	63	133	80	3940	4194
Ватрушка с творогом	120	216	140	433	2057	2100
Какао с молоком	153	85	205	139	686	769
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		464		652	6674	7163
<b>Калорийность дня:</b>		1291		1752		
<b>Стоимость дня:</b>					14607	15894

Руководитель СП «Детский сад №17»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

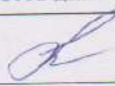
*И. В. Рушак*

Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «29» ноября 2023 года

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Суп молочный пшениный	150	161	200	217	945	1153
Какао с молоком	150	100	200	133	690	738
Бутерброд с повидлом	40	97	45	109	315	458
<b>Стоимость завтрака:</b>		358		459	1950	2344
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	146	92	146	92	847	847
Сдоба Выборгская	100	326	100	302	2300	2300
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		418		394	3147	3147
<b>Обед:</b>						
Салат из свежей капусты и кукурузы консервированной	30	30	50	51	234	347
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	133	200	183	1249	1457
Макаронник с печенью	150	245	200	333	2600	2791
Компот из яблок	150	67	200	63	635	803
Хлеб пшеничный	24	58	33	81	138	200
Хлеб ржаной	24	53	30	65	137	120
<b>Стоимость обеда:</b>		586		776	5039	5700
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Омлет натуральный	100	224	100	278	661	725
Винегрет овощной	70	59	80	66	624	721
Батон	20	52	29	75	210	276
Чай с лимоном	150	35	200	41	200	285
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		370		460	1724	2007
<b>Калорийность дня:</b>		1732		2089		
<b>Стоимость дня:</b>					11854	13280

Руководитель СП «Детский сад №17»  
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «30» ноября 2023 года

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша пшеничная молочная	150	179	200	245	10 <sup>12</sup>	1243
Кофейный напиток с молоком	150	108	200	133	5 <sup>98</sup>	708
Бутерброд с маслом	30	101	35	116	4 <sup>11</sup>	585
<b>Стоимость завтрака:</b>		388		494	21 <sup>21</sup>	2596
<b>Второй завтрак:</b>						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	82	200	87	1900	1900
<b>Стоимость второго завтрака:</b>		82		87	1900	1900
<b>Обед:</b>						
Икра свекольная	30	46	50	68	2 <sup>71</sup>	342
Щи на мясном бульоне со сметаной	150	148	200	170	10 <sup>60</sup>	1158
Пирожки печеные с мясом	105	335	125	449	35 <sup>48</sup>	3742
Компот из сушеных фруктов	150	30	200	39	2 <sup>76</sup>	316
Хлеб ржаной	24	53	30	65	1 <sup>37</sup>	157
<b>Стоимость обеда:</b>		612		791	52 <sup>92</sup>	5755
<b>Уплотненный полдник с включением блюдо ужина:</b>						
Рагу овощное	150	151	200	224	11 <sup>06</sup>	12 <sup>21</sup>
Хлеб пшеничный	24	58	34	82	1 <sup>00</sup>	117
Чай с сахаром	150	31	200	38	1 <sup>58</sup>	219
Печенье / Вафли	20	81	20	81	5 <sup>00</sup>	5 <sup>00</sup>
<b>Стоимость уплотненного полдника:</b>		321		425	18 <sup>64</sup>	2067
<b>Калорийность дня:</b>		1408	1797			
<b>Стоимость дня:</b>					11 <sup>77</sup>	122 <sup>98</sup>

Руководитель СП «Детский сад №17»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

Н.С. Мингачева