


МЕНЮ на « 1 » декабря 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша ассорти молочная	150	192	200	259	10 ⁷³	12 ²¹
Какао с молоком	160	106	215	140	6 ²⁴	7 ⁶²
Бутерброд с сыром	40	113	45	129	7 ¹⁰	10 ⁴⁵
Стоимость завтрака:		411		528	24 ⁶⁷	30 ²⁴
Второй завтрак:						
Фрукт свежий / Фруктовый салат	97	54	114	63	14 ⁶⁰	15 ⁹⁴
Стоимость второго завтрака:		54		63	14 ⁶⁰	15 ⁹⁴
Обед:						
Салат из репчатого лука	30	33	50	45	1 ²⁵	2 ³²
Рассольник на курином бульоне со сметаной	150	134	200	172	8 ⁵⁴	9 ⁷⁴
Картофель тушеный с курицей	150	230	180	299	26 ³¹	27 ⁸⁹
Напиток из плодов шиповника	150	32	200	43	5 ²⁵	6 ⁸⁰
Хлеб пшеничный	23	56	32	78	1 ³¹	2 ¹³
Хлеб ржаной	23	50	30	65	7 ¹²	1 ⁶⁰
Стоимость обеда:		535		702	44 ¹⁴	50 ⁷⁷
Уплотненный полдник с включением блюдо ужина:						
Салат из моркови	40	23	60	34	2 ²¹	3 ⁹²
Сочник с творогом	85	337	105	459	30 ⁸²	22 ⁸⁴
Кисломолочный напиток	156	99	158	90	9 ¹⁰	9 ¹⁰
Стоимость уплотненного полдника:		479		592	32 ¹⁹	36 ⁵²
Калорийность дня:	1473		1885			
Стоимость дня:					116 ⁸⁰	133 ²⁷

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

МЕНЮ на « 09 » декабря 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Суп вермишелевый с овощами	150	77	200	142	519	625
Чай с сахаром	150	31	200	37	100	119
Бутерброд с маслом	30	108	35	129	500	660
Стоимость завтрака:		216		308	1119	1404
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Салат из соленых огурцов с луком	35	27	60	43	311	484
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	166	200	182	7043	7144
Запеканка рисовая с мясом	160	310	195	378	4039	4306
Компот из сушеных фруктов	150	30	200	39	279	352
Хлеб пшеничный	23	56	32	78	157	215
Хлеб ржаной	23	50	30	65	128	160
Стоимость обеда:		639		753	5941	6619
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Фрукт свежий / Фруктовый салат	195	94	205	99	2276	2400
Оладьи из творога с повидлом	85	245	125	328	2176	791
Какао с молоком	160	106	215	140	682	3470
Стоимость уплотненного полдника:		445		567	6420	6661
Калорийность дня:	1387		1717			
Стоимость дня:					18419	16620

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



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 5 » декабря 2023 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша манная молочная	150	180	200	240	10 ⁹⁶	209
Кофейный напиток с молоком	150	105	200	132	677	758
Бутерброд с повидлом	35	92	80	105	312	425
Стоимость завтрака:		377		477	20 ⁸⁸	2392
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток	146	92	146	92	847	847
Стоимость второго завтрака:		92		92	847	847
Обед:						
Салат из свеклы	30	28	50	45	202	247
Суп картофельный с макаронными изделиями	160	111	200	180	791	905
Пирожки печеные с печенью	100	299	120	355	2649	2842
Компот из сушеных фруктов	150	32	200	42	275	321
Хлеб ржаной	25	54	30	65	165	171
Стоимость обеда:		524		637	4082	4531
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Рыба, запеченная в омлете	145	187	145	267	2816	3105
Салат из картофеля с солеными огурцами	50	49	70	68	379	482
Чай с лимоном	25	60	34	82	194	224
Хлеб пшеничный	150	34	200	42	225	256
Стоимость уплотненного полдника:		330		439	3614	4067
Калорийность дня:		1323		1605		
Стоимость дня:					106 ²⁸	11837

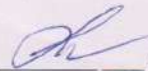
Руководитель СП «Детский сад №17»
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани

И.С. Мингачева

МЕНЮ на «06» декабря 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша ячневая молочная	150	180	200	228	941	1138
Какао с молоком	140	98	190	125	578	678
Бутерброд с сыром	40	116	45	133	727	1048
Стоимость завтрака:		389		486	2240	2864
Второй завтрак:						
Фрукт свежий /Фруктовый салат	170	85	190	93	48 ⁶⁰	57 ²⁴
Стоимость второго завтрака:		85		93	48 ⁶⁰	57 ²⁴
Обед:						
Салат из белокочанной капусты	30	26	200	146	8 ⁰⁰	9 ³⁶
Щи на овощном бульоне со сметаной	150	108	50	47	203	284
Котлеты "Сочные" (п/ф) в томатном соусе	50/25	147	50/30	168	1953	1953
Пюре картофельное	100	155	140	212	1057	1240
Компот из яблок	150	53	200	71	749	143
Хлеб пшеничный	22	53	31	75	144	203
Хлеб ржаной	22	48	30	65	122	153
Стоимость обеда:		590		784	50 ²⁸	57 ¹¹
Уплотненный полдник с включением блюد ужина:						
Запеканка рисовая со сгущенным молоком	145	243	175	318	1317	1495
Кисломолочный напиток	156	98	156	98	965	965
Батон	22	57	27	71	221	256
Стоимость уплотненного полдника:		398		487	2503	2716
Калорийность дня:	1462		1850			
Стоимость дня:					1464 ¹	1641 ¹

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



Н.С. Мингачева

« 06 » / 12
 МЕНЮ на « 07 декабря » 2023 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша геркулесовая молочная	153	196	210	265	1030	1222
Кофейный напиток с молоком	150	114	200	141	679	741
Бутерброд с маслом	30	109	35	120	452	631
Стоимость завтрака:		411		526	2161	2594
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
Сдоба Выборгская	100	303	109	309	2300	2300
Стоимость второго завтрака:		390		396	4200	4200
Обед:						
Огурец соленый порционно	32	6	48	9	220	327
Суп гороховый на мясном бульоне	150	142	200	166	914	1074
Суфле из отварного мяса	53	206	75	241	372	4028
Макаронные изделия отварные с маслом	80	109	100	144	375	404
Компот из сушеных фруктов	150	30	200	40	275	343
Хлеб пшеничный	22	53	31	75	145	205
Хлеб ржаной	22	48	30	65	123	155
Стоимость обеда:		596		740	5764	6661
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Картофель в молоке	153	196	190	223	1452	1613
Чай с сахаром	22	52	26	62	132	169
Хлеб пшеничный	150	28	200	38	100	120
Стоимость уплотненного полдника:		276		323	1684	1911
Калорийность дня:		1673		1985		
Стоимость дня:					13809	15306

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

И.В. Руцак
 Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани
 И.В. Руцка
 « 07 » 12 2023 год

МЕНЮ на « 08 » декабрь 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша ассорти молочная	150	174	200	236	10 ³³	1263
Какао с молоком	145	95	190	125	582	693
Бутерброд с повидлом	35	85	40	96	288	390
Стоимость завтрака:		354		457	1903	2352
Второй завтрак:						
Фруктовый салат	195	94	210	100	52 ⁰⁰	5585
Стоимость второго завтрака:		94		100	52 ⁰⁰	5585
Обед:						
Салат из горошка зеленого консервированного	30	33	50	49	607	857
Свекольник на овощном бульоне со сметаной	155	129	205	150	824	935
Шницель из мяса кур	45	139	60	223	2248	2539
Капуста тушеная	700	87	120	102	713	832
Напиток из плодов шиповника	150	33	200	42	530	641
Хлеб пшеничный	23	57	33	79	154	210
Хлеб ржаной	23	57	30	65	130	163
Стоимость обеда:				710	5220	6209
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Суп гречневый молочный	150	146	190	205	1246	1365
Булочка творожная	60	230	80	310	1698	772
Чай с сахаром	160	26	200	38	121	131
Стоимость уплотненного полдника:		402		562	3065	3287
Калорийность дня:	1399		1829			
Стоимость дня:					13394	17480

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



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 11 » декабря 2023 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша манная на сгущенном молоке	150	153	200	220	857	1057
Чай с сахаром	150	33	200	38	110	723
Бутерброд с маслом	35	118	40	135	44	623
Стоимость завтрака:		304		393	1585	1803
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Огурец соленый порционно	31	6	52	9	214	357
Щи с рыбными консервами	150	91	200	123	1394	1549
Голубцы ленивые (п/ф) в томатном соусе	50/15	154	50/30	164	1900	1900
Макаронные изделия отварные с маслом	80	111	100	146	350	429
Компот из сушеных фруктов	150	34	200	40	277	342
Хлеб пшеничный	25	60	34	81	162	201
Хлеб ржаной	24	52	30	65	134	168
Стоимость обеда:		519		628	4440	4968
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Салат из моркови и яблок	40	27	60	34	412	537
Ватрушка с творогом	125	345	145	438	2344	2526
Какао с молоком	160	114	215	139	678	791
Стоимость уплотненного полдника:		486		611	3434	3854
Калорийность дня:	1396		1419			
Стоимость дня:					11157	12523

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

И.С. Мингачева

МЕНЮ на « 12 » декабря 2023 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калор ийнос ть, ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша геркулесовая на молоке	150	202	200	254	1126	1325
Кофейный напиток с молоком	150	113	200	133	678	775
Бутерброд с сыром	45	127	45	133	431	1091
Стоимость завтрака:		442		520	2535	3181
Второй завтрак:						
Фрукт свежий / Фруктовый салат	125	68	149	79	1700	1880
Стоимость второго завтрака:		68		79		
Обед:						
Зеленый горошек порционно	30	14	50	23	570	950
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	168	200	183	979	1126
Плов из говядины	153	260	185	334	3266	3502
Компот из сушеных фруктов	150	33	200	39	271	296
Хлеб пшеничный	24	38	33	81	166	220
Хлеб ржаной	29	63	35	76	160	200
Стоимость обеда:		596		736	5412	6294
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Биточки рыбные запеченные	70	164	85	140	7010	7340
Пюре картофельное	100	159	145	209	1087	1280
Хлеб пшеничный	23	57	28	68	146	184
Чай с сахаром	150	35	200	38	112	123
Стоимость уплотненного полдника:		415		485	8325	8927
Калорийность дня:		1521		1820	17972	20282
Стоимость дня:						

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

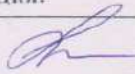


Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «13» декабря 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Суп молочный пшеничный	165	170	220	229	910	1162
Какао с молоком	160	106	210	139	600	687
Бутерброд с повидлом	35	92	40	104	343	406
Стоимость завтрака:		368		472	1853	2255
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток <i>сметан</i>	173	109	173	109	1070	1070
Сдоба Выборгская	100	284	110	314	2300	2300
Стоимость второго завтрака:		393		423	3370	3370
Обед:						
Салат из свежей капусты и кукурузы консервированной	30	30	50	51	327	435
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	136	200	192	1349	1579
Макароник с печенью	165	259	220	352	2961	3194
Компот из яблок	150	75	200	67	700	963
Хлеб пшеничный	24	57	35	85	155	220
Хлеб ржаной	24	51	30	65	132	166
Стоимость обеда:		608		812	5624	6544
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Омлет натуральный	105	228	125	287	813	936
Винегрет овощной	75	59	85	68	664	751
Батон	20	52	30	79	220	288
Чай с лимоном	150	33	200	40	224	285
Стоимость уплотненного полдника:		372		474	1917	2260
Калорийность дня:		1741		2181		
Стоимость дня:					12281	14430

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



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 14 декабря » 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша пшеничная молочная	150	181	200	248	906	1088
Кофейный напиток с молоком	150	109	200	134	682	769
Бутерброд с маслом	30	108	35	124	520	621
Стоимость завтрака:		398		506	2118	2478
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные <i>сок клубничной</i>	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Икра свекольная	30	44	55	71	241	354
Щи на мясном бульоне со сметаной	150	157	200	178	1098	1240
Пирожки печеные с мясом	105	341	125	461	4078	4218
Компот из сушеных фруктов	150	30	200	39	282	349
Хлеб ржаной	29	63	38	82	162	203
Стоимость обеда:				831	5859	6364
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Рагу овощное	150	157	200	220	1542	1718
Хлеб пшеничный	21	57	29	71	110	128
Чай с сахаром	150	32	200	39	138	193
Печенье / Вафли	20	81	20	81	500	500
Стоимость уплотненного полдника:		315		411	2290	2539
Калорийность дня:		1435		1835		
Стоимость дня:					12164	13270

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



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «15» 12 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори ность , ккал	Слад	калори ность , ккал	Ясли	Слад
Завтрак:						
Каша ассорти молочная	150	185	200	245	1049	1238
Какао с молоком	150	100	200	132	648	721
Бутерброд с сыром	40	124	45	141	807	1159
Стоимость завтрака:		409		518	2558	3107
Второй завтрак:						
Фрукт свежий / Фруктовый салат	131	68	154	81	1857	2090
Стоимость второго завтрака:		68		81	1857	2090
Обед:						
Салат из репчатого лука	30	36	50	45	121	239
Рассольник на курином бульоне со сметаной	150	144	200	175	957	1086
Картофель тушеный с курицей	155	241	185	303	2624	2822
Напиток из плодов шиповника	150	31	200	43	503	622
Хлеб пшеничный	26	62	35	85	168	226
Хлеб ржаной	24	53	30	65	136	179
Стоимость обеда:		567		716	4509	5205
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Салат из моркови	40	24	60	34	260	398
Сочник с творогом	90	356	110	462	2112	2329
Кисломолочный напиток <i>Сметок</i>	171	108	171	108	1028	1027
Стоимость уплотненного полдника:		488		604	3470	3755
Калорийность дня:	1532		1919		12390	14067
Стоимость дня:						

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

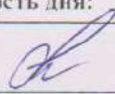


Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «19» декабря 2023 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша манная молочная	150	181	200	235	832	928
Кофейный напиток с молоком	150	103	200	128	694	750
Бутерброд с повидлом	35	93	40	707	269	440
Стоимость завтрака:		377		470	1800	2118
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток	187	118	187	118	1150	1150
Стоимость второго завтрака:		118		118	1150	1150
Обед:						
Салат из свеклы	35	30	55	48	121	248
Суп картофельный с макаронными изделиями	160	111	200	132	757	915
Пирожки печеные с печенью	105	313	130	371	3010	3262
Компот из сушеных фруктов	150	28	200	39	282	347
Хлеб ржаной	29	64	35	76	163	205
Стоимость обеда:				666	4333	4977
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Рыба, запеченная в омлете	120	190	150	276	3278	3477
Салат из картофеля с солеными огурцами	55	49	75	69	384	511
Чай с лимоном	150	31	35	84	165	229
Хлеб пшеничный	25	61	200	40	246	291
Стоимость уплотненного полдника:		331		469	4075	4462
Калорийность дня:		1372		1723		
Стоимость дня:					11350	12707

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



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «21» 12 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша геркулесовая молочная	155	198	205	263	1056	1231
Кофейный напиток с молоком	150	113	200	139	670	426
Бутерброд с маслом	30	98	35	118	488	610
Стоимость завтрака:		409		520	2214	2366
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные <i>сок яблоко</i>	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Огурец соленый порционно	33	6	50	9	440	621
Суп гороховый на мясном бульоне	150	134	200	164	1102	1281
Суфле из отварного мяса	50	195	70	230	3036	3372
Макаронные изделия отварные с маслом	80	109	100	144	338	406
Компот из сушеных фруктов	150	28	200	39	282	339
Хлеб пшеничный	25	61	35	85	165	200
Хлеб ржаной	28	62	35	76	154	198
Стоимость обеда:		595		747	5510	6414
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Картофель в молоке	155	194	185	223	1591	1720
Чай с сахаром	150	27	30	38	092	200
Хлеб пшеничный	25	61	200	73	165	115
Стоимость уплотненного полдника:		285		334	1848	2035
Калорийность дня:		1376		1688		
Стоимость дня:					11501	12918

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

[Подпись]
 Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 22 » декабря 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Если	калори ность , ккал	Сал	калори ность , ккал	Если	Сал
Завтрак:						
Каша ассорти молочная	150	178	200	242	10 ⁸²	12 ³⁴
Какао с молоком	145	97	195	127	6 ⁴⁹	7 ²⁵
Бутерброд с повидлом	35	88	35	98	3 ⁰⁰	4 ¹¹
Стоимость завтрака:		363		467	20 ⁶¹	23 ⁷⁷
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток <i>сметана</i>	173	109	173	109	10 ⁷⁰	10 ⁷⁰
Стоимость второго завтрака:		109		109	10 ⁷⁰	10 ⁷⁰
Обед:						
Салат из горошка зеленого консервированного	30	34	50	49	6 ⁷⁰	8 ⁶⁵
Свекольник на овощном бульоне со сметаной	150	127	205	144	9 ³³	10 ⁸⁶
Шницель из мяса кур	45	150	55	219	25 ¹⁴	22 ³²
Канюта тушеная	100	89	140	100	8 ⁵⁴	10 ⁰⁵
Напиток из плодов шиповника	150	33	200	42	4 ²¹	5 ⁵⁹
Хлеб пшеничный	20	48	28	67	1 ³²	1 ¹²
Хлеб ржаной	28	62	35	76	1 ⁵⁹	1 ⁵⁰
Стоимость обеда:		552		697	52 ⁴³	62 ²⁹
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Суп гречневый молочный	150	150	195	206	11 ³⁸	13 ²⁵
Булочка творожная	70	269	95	361	20 ⁰⁰	21 ¹¹
Чай с сахаром	150	26	200	37	0 ²⁶	1 ¹⁴
Стоимость уплотненного полдника:		445		604	32 ²⁴	36 ⁵⁰
Калорийность дня:		1469		1877		
Стоимость дня:					115 ⁹⁸	133 ²²

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



Н.С. Минячева

МЕНЮ на 25 декабрь 2023 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Яели	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Яели	Сад
Завтрак:						
Каша манная на ступенном молоке	150	153	200	217	900	1086
Чай с сахаром	150	33	200	38	100	177
Бутерброд с маслом	30	102	35	117	532	624
Стоимость завтрака:		288		372	1532	1828
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные <i>сок абрикоты</i>	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Огурец соленый порционно	31	6	52	9	214	357
Щи с рыбными консервами	150	89	200	122	1279	1437
Голубцы ленивые (п.ф) в томатном соусе	50/25	154	50/30	162	1850	1850
Макаронные изделия отварные с маслом	80	122	100	144	384	459
Компот из сушеных фруктов	150	33	200	39	278	334
Хлеб пшеничный	25	60	34	81	162	221
Хлеб ржаной	24	52	30	55	134	168
Стоимость обеда:		576		622	4301	4826
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Салат из моркови и яблок	40	24	60	34	344	512
Ватрушка с творогом	120	332	135	419	2371	2529
Какао с молоком	155	111	205	135	711	789
Стоимость уплотненного полдника:		470		588	3426	3830
Калорийность дня:		1361		1669		
Стоимость дня:					11160	12383

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

И.С. Мингачева

И.С. Мингачева

МЕНЮ на «26» декабря 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калор иннос ть, ккал	Сал	калори иннос ть, ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша геркулесовая на молоке	150	187	200	239	10 ⁷²	12 ²⁶
Кофейный напиток с молоком	150	103	200	123	6 ⁷²	7 ³⁸
Бутерброд с сыром	40	110	40	118	7 ⁵⁹	9 ⁴⁶
Стоимость завтрака:		400		480	24 ⁴⁰	29 ⁶⁹
Второй завтрак:						
Фрукт свежий - Фруктовый салат	106	57	126	68	13 ²⁹	15 ⁶⁸
Стоимость второго завтрака:		57		68	13 ²⁹	15 ⁶⁸
Обед:						
Зеленый горошек порционно	29	14	48	22	5 ⁸⁶	9 ¹⁷
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	151	200	168	10 ⁷²	11 ⁶⁴
Плов из говядины	140	231	165	295	28 ³⁴	31 ⁰⁸
Компот из сушеных фруктов	150	33	200	37	2 ⁷⁹	3 ⁴⁹
Хлеб пшеничный	24	58	35	85	1 ⁶³	2 ²¹
Хлеб ржаной	24	53	30	65	1 ⁴⁰	1 ⁴¹
Стоимость обеда:		540		672	50 ⁹⁴	59 ⁴⁰
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Биточки рыбные запеченные	50	115	60	127	37 ⁴²	42 ¹⁰
Пюре картофельное	100	156	140	203	7 ⁵⁵	9 ¹⁸
Хлеб пшеничный	24	58	28	69	1 ⁵⁸	1 ⁸⁴
Чай с сахаром	150	35	200	36	0 ⁹⁸	1 ⁰⁵
Пряники "Подмосковные"	70	390	70	390	7 ²⁵	12 ²⁵
Стоимость уплотненного полдника:		754		825	60 ⁰⁸	66 ⁴⁴
Калорийность дня:	1751		2045			
Стоимость дня:					149 ⁴⁴	170 ⁴⁹

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



Н.С. Минзайева

МЕНЮ на 27 декабря 2023 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Суп молочный пшеничный	150	156	195	214	724	835
Какао с молоком	150	99	200	132	642	727
Бутерброд с вареной сгущенкой	35	90	40	103	472	660
Стоимость завтрака:		345		449	1844	2222
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток сметанок	154	97	154	97	980	980
Стоимость второго завтрака:		97		97	980	980
Обед:						
Салат из свежей капусты и кукурузы консервированной	30	33	50	52	300	400
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	118	200	163	1112	1277
Макароник с печенью	150	246	205	335	3034	3360
Компот из яблок	150	86	200	62	545	712
Хлеб пшеничный	24	59	35	85	160	224
Хлеб ржаной	25	54	30	65	128	173
Стоимость обеда:		576		762	5289	6136
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Омлет натуральный	100	226	120	284	821	995
Винегрет овощной	70	59	80	66	652	781
Батон	18	46	27	69	212	253
Чай с лимоном	150	32	200	40	125	233
Стоимость уплотненного полдника:		363		459	1810	2262
Калорийность дня:	1381		1767			
Стоимость дня:					9933	11600

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

Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «28» декабря 2023 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Ясли	калори ность , ккал	Сад	калори ность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша овсяная молочная	150	176	200	242	959	1046
Кофейный напиток с молоком	150	103	200	127	685	718
Бутерброд с маслом	30	106	35	120	370	457
Стоимость завтрака:		385		489	2014	2215
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные <i>сок лимонный</i>	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Икра свекольная	30	46	55	70	226	328
Щи на мясном бульоне со сметаной	150	145	200	167	1080	1208
Пирожки печеные с мясом	100	326	120	440	3234	3523
Компот из сушеных фруктов	150	30	200	38	275	340
Хлеб ржаной	25	54	32	70	138	174
Стоимость обеда:		601		785	4953	5571
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Рагу овощное с говядиной тушеной	150	252	200	344	1733	1826
Хлеб пшеничный	22	53	30	74	145	200
Чай с сахаром	150	31	200	38	110	149
Зефир	20	65	20	65	500	500
Стоимость уплотненного полдника:		401		521	2478	2675
Калорийность дня:		1474		1882		
Стоимость дня:					11345	12341

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


 Н.С. Мингачева

МЕНЮ на 29 декабря 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори ность ккал	Сал	калори ность ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша ассорти молочная	155	190	200	263	10 ⁸⁶	1233
Какао с молоком	765	110	220	144	644	720
Бутерброд с сыром	40	164	50	140	700	936
Стоимость завтрака:		433		547	2430	2889
Второй завтрак:						
Фрукт свежий / Фруктовый салат	141	74	100	86	1904	2100
Стоимость второго завтрака:		74		86	1904	2100
Обед:						
Салат из репчатого лука	30	34	50	44	186	225
Рассольник на курином бульоне со сметаной	150	142	200	177	859	1002
Картофель тушеный с курицей	150	237	185	307	2874	3259
Напиток из плодов шиповника	150	32	200	42	182	625
Хлеб пшеничный	28	67	38	93	152	252
Хлеб ржаной	27	59	30	65	202	188
Стоимость обеда:		571		728	4719	5352
Узлотивший подник с включением блюда ужина:						
Салат из моркови	40	23	60	34	262	348
Сочник с творогом	85	337	105	443	2380	2504
Кисломолочный напиток	180	114	180	114	1100	1100
Стоимость узлотившего подника:		474		591	3742	3952
Калорийность дня:		1952		1952		
Стоимость дня:					12722	14494

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



Н.С. Минтачева