

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани
 П.В. Рушак

«05» 06 2023 год

МЕНЮ на «05» 06 2023 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Суп вермишелевый с овощами	150	92	200	135	594	624
Чай с сахаром	150	33	200	39	106	130
Бутерброд с маслом	35	123	40	139	573	680
Стоимость завтрака:		248 ккал		313 ккал	1273	1434
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87 ккал	200	87 ккал	19 ⁰⁰	19 ⁰⁰
Стоимость второго завтрака:						
Обед:						
Салат из зеленого горошка консервированного	25	30	45	47	469	484
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	163	200	201	1245	1446
Запеканка рисовая с мясом	160	296	210	355	3622	4003
Компот из сушеных фруктов	150	33	200	42	268	327
Хлеб пшеничный	30	73	39	96	194	260
Хлеб ржаной	35	76	42	92	190	236
Стоимость обеда:		671 ккал		833 ккал	5988	7050
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Фруктовый салат	90	52	105	63	1189	1260
Булочка молочная	60	253	100	326	1091	1214
Какао с молоком	150	104	200	132	582	624
Стоимость уплотненного полдника:		409 ккал		521 ккал	1858	3104
Калорийность дня:		1415 ккал		1754 ккал		
Стоимость дня:					120 ¹⁸	134 ⁴

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

Старшая медсестра СП «Детский сад №17»
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани _____ О.А. Гончарук

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани
 П.В. Рушак

«05» 06 2023 год

МЕНЮ на «05» 06 2023 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Суп вермишелевый с овощами	150	92	200	135	594	624
Чай с сахаром	150	33	200	39	106	130
Бутерброд с маслом	35	123	40	139	573	680
Стоимость завтрака:		248 ккал		313 ккал	1273	1434
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87 ккал	200	87 ккал	19 ⁰⁰	19 ⁰⁰
Стоимость второго завтрака:						
Обед:						
Салат из зеленого горошка консервированного	25	30	45	47	469	484
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	163	200	201	1245	1446
Запеканка рисовая с мясом	160	296	210	355	3622	4003
Компот из сушеных фруктов	150	33	200	42	268	327
Хлеб пшеничный	30	73	39	96	194	260
Хлеб ржаной	35	76	42	92	190	236
Стоимость обеда:		674 ккал		833 ккал	5988	7050
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Фруктовый салат	90	52	105	63	1189	1260
Булочка молочная	60	253	100	326	1091	1214
Какао с молоком	150	104	200	132	582	624
Стоимость уплотненного полдника:		409 ккал		521 ккал	1858	3104
Калорийность дня:		1415 ккал		1754 ккал		
Стоимость дня:					120 ¹⁸	134 ⁴

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

Старшая медсестра СП «Детский сад №17»
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани _____ О.А. Гончарук

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани
 И.В. Рушак
 «05» / 06 2023 год

МЕНЮ на «06» / 06 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша рисовая молочная	150	213	200	269	11 48	12 56
Кофейный напиток с молоком	150	114	200	150	6 96	7 41
Бутерброд с повидлом	35	88	40	104	3 72	4 86
Стоимость завтрака:		418 ккал		526 ккал	22 16	24 63
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток	150	95 ккал	150	95 ккал	9 30	9 30
Стоимость второго завтрака:						
Обед:						
Салат из свеклы	50	42	60	56	2 11	3 45
Щи на овощном бульоне со сметаной	150	109	200	134	8 59	11 06
Котлеты " Сочные" в томатном соусе	50/25	151	50/30	140	17 30	17 30
Пюре картофельное	120	168	145	198	9 35	10 84
Компот из сушеных фруктов	150	35	200	44	2 82	3 28
Хлеб пшеничный	24	58	39	94	1 58	2 54
Хлеб ржаной	30	65	40	88	1 82	2 25
Стоимость обеда:		628 ккал		484 ккал	43 64	50 45
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Рыба, запеченная в омлете	145	209	145	294	26 85	34 53
Салат из картофеля с солеными огурцами	55	52	45	64	3 45	4 06
Чай с лимоном	150	37	200	46	2 34	2 61
Хлеб пшеничный	28	67	38	92	1 81	2 51
Стоимость уплотненного полдника:		365 ккал		496 ккал	34 45	43 71
Калорийность дня:		1506 ккал		1904 ккал		
Стоимость дня:					109 98	128 89

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

Старшая медсестра СП «Детский сад №17»
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани _____ О.А. Гончарук

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани
 И.В. Рушак
 « 06 » 06 2023 год

МЕНЮ на « 08 » 06 2023 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша геркулесовая молочная	150	119	200	228	971	1189
Кофейный напиток с молоком	150	100	200	124	672	735
Бутерброд с повидлом	35	102	45	114	381	479
Стоимость завтрака:		381 кк		469 кк	2024	2398
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87 кк	200	87 кк	1900	1900
Стоимость второго завтрака:						
Обед:						
Салат из свежих огурцов	35	23	50	24	860	1088
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	112	200	148	425	911
Пирожки печеные с печенью	115	325	140	390	2800	3139
Компот из сушеных фруктов	150	31	200	43	243	317
Хлеб ржаной	35	46	43	93	192	239
Стоимость обеда:		567 кк		698 кк	4820	5619
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Омлет натуральный запеченный	105	229	135	312	416	831
Винегрет овощной	75	67	95	84	544	625
Батон	24	62	30	78	228	285
Чай с сахаром	150	30	200	39	093	109
Стоимость уплотненного полдника:		388 кк		513 кк	1581	1850
Калорийность дня:		1423 ккал		1767 ккал		
Стоимость дня:					10325	11762

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

Старшая медсестра СП «Детский сад №17»
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани _____ О.А. Гончарук

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани
 И.В. Рушак
 «18» июня 2023 год

МЕНЮ на «19» июня 2023 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша манная молочная	<u>150</u>	<u>193</u>	<u>200</u>	<u>250</u>	<u>800</u>	<u>925</u>
Какао с молоком	<u>160</u>	<u>114</u>	<u>215</u>	<u>144</u>	<u>588</u>	<u>629</u>
Бутерброд с маслом	<u>25</u>	<u>92</u>	<u>35</u>	<u>129</u>	<u>487</u>	<u>600</u>
Стоимость завтрака:		<u>399 ккал</u>		<u>523 ккал</u>	<u>1875</u>	<u>2154</u>
Второй завтрак:						
Фруктовый салат	<u>95</u>	<u>90 ккал</u>	<u>110</u>	<u>106 ккал</u>	<u>2170</u>	<u>2315</u>
Стоимость второго завтрака:						
Обед:						
Салат из кукурузы консервированной	<u>28</u>	<u>29</u>	<u>35</u>	<u>41</u>	<u>546</u>	<u>492</u>
Свекольник на курином бульоне со сметаной	<u>150</u>	<u>142</u>	<u>200</u>	<u>186</u>	<u>1057</u>	<u>1206</u>
Картофель тушеный с курицей	<u>150</u>	<u>235</u>	<u>210</u>	<u>305</u>	<u>2344</u>	<u>2571</u>
Напиток из плодов шиповника	<u>150</u>	<u>65</u>	<u>200</u>	<u>101</u>	<u>463</u>	<u>554</u>
Хлеб пшеничный	<u>35</u>	<u>85</u>	<u>44</u>	<u>105</u>	<u>217</u>	<u>234</u>
Хлеб ржаной	<u>30</u>	<u>65</u>	<u>40</u>	<u>87</u>	<u>182</u>	<u>222</u>
Стоимость обеда:		<u>621 ккал</u>		<u>825 ккал</u>	<u>4806</u>	<u>5629</u>
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Запеканка из творога	<u>165</u>	<u>314</u>	<u>200</u>	<u>359</u>	<u>2276</u>	<u>2539</u>
Кисломолочный напиток	<u>150</u>	<u>81</u>	<u>150</u>	<u>81</u>	<u>930</u>	<u>930</u>
Печенье	<u>18</u>	<u>85</u>	<u>18</u>	<u>85</u>	<u>400</u>	<u>400</u>
Стоимость уплотненного полдника:		<u>480 ккал</u>		<u>525 ккал</u>	<u>3606</u>	<u>3869</u>
Калорийность дня:		<u>1590 ккал</u>		<u>1979 ккал</u>		
Стоимость дня:					<u>12457</u>	<u>13967</u>

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

Старшая медсестра СП «Детский сад №17»
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани _____ О.А. Гончарук

МЕНЮ на « 11 » июня 2023 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша геркулесовая молочная	150	194	200	249	9 31	11 86
Кофейный напиток с молоком	150	111	200	144	6 25	7 15
Бутерброд с повидлом	35	104	45	116	3 19	4 88
Стоимость завтрака:		409 ккал		509 ккал	19 05	23 89
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87 ккал	200	87 ккал	19 00	19 00
Стоимость второго завтрака:					19 00	19 00
Обед:						
Салат из свежих огурцов	45	24	60	26	5 33	7 05
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	111	200	149	7 51	9 36
Пирожки печеные с печенью	125	345	160	418	28 41	30 00
Компот из сушеных фруктов	150	29	200	43	2 78	2 40
Хлеб ржаной	40	87	46	101	1 78	2 15
Стоимость обеда:		596 ккал		737 ккал	45 81	50 96
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Омлет натуральный запеченный	90	193	120	266	7 50	8 41
Винегрет овощной	80	66	100	85	6 39	8 56
Батон	26	69	33	86	2 10	2 49
Чай с сахаром	150	28	200	39	1 10	1 21
Стоимость уплотненного полдника:		356 ккал		446 ккал	16 59	20 67
Калорийность дня:		1448 ккал		1809 ккал	100 45	113 70
Стоимость дня:						

И.о.руководителя СП «Детский сад №17»
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани И.В. Иванова О.В. Иванова

Старшая медсестра СП «Детский сад №17»
 ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани О.А. Гончарук О.А. Гончарук