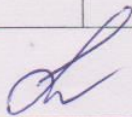


МЕНЮ на « 10 » сентябрь 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша ячневая молочная	150	190	200	241	946	1139
Какао с молоком	150	100	205	133	644	752
Бутерброд с сыром	40	113	45	131	825	1102
Стоимость завтрака:		403		505	2495	2984
Второй завтрак:						
Фрукт свежий /Фруктовый салат	168	87	199	102	2354	2514
Стоимость второго завтрака:		87		102	2354	2514
Обед:						
Салат из белокочанной капусты	30	30	200	144	939	1006
Щи на овощном бульоне со сметаной	150	111	50	47	208	241
Котлеты "Сочные" (п/ф) в томатном соусе	50/25	151	50/30	168	2360	2360
Пюре картофельное	100	168	140	212	827	1000
Компот из яблок	150	43	200	59	228	344
Хлеб пшеничный	22	52	30	74	143	200
Хлеб ржаной	26	56	30	65	144	182
Стоимость обеда:		601		769	4908	5328
Уплотненный подник с включением блюد ужина:						
Запеканка рисовая со стуженным молоком	150	256	180	329	1525	1213
Кисломолочный напиток	163	103	163	103	1013	1013
Батон	22	58	28	73	237	268
Стоимость уплотненного подника:		417		505	2825	2994
Калорийность дня:	1508		1881			
Стоимость дня:					12589	13844

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



Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 И.В. Рушак
 « 10 » сентября 2024 год

МЕНЮ на « 10 » сентября 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори ность , ккал	Сад	калори ность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша геркулесовая молочная	150	178	200	238	10 ²⁹	12 ³⁷
Кофейный напиток с молоком	150	101	200	124	6 ²¹	7 ⁴⁷
Бутерброд с маслом	30	96	35	117	6 ²¹	7 ⁸⁸
Стоимость завтрака:		375		479	24 ⁰¹	27 ⁷²
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	19 ⁰⁰	19 ⁰⁰
<i>сок абрикотовый</i>						
Стоимость второго завтрака:		87		87	19 ⁰⁰	19 ⁰⁰
Обед:						
Огурец соленый порционно	36	6	53	10	2 ⁴⁰	3 ⁶⁶
Суп гороховый на мясном бульоне	150	142	200	167	11 ⁶³	12 ⁶⁰
Суфле из отварного мяса	50	199	70	231	3 ⁹⁰	4 ¹⁴⁰
Макаронные изделия отварные с маслом	80	107	100	144	3 ⁴⁰	4 ⁵⁷
Компот из свежих ягод	150	62	200	90	9 ⁸⁰	11 ⁸¹
Хлеб пшеничный	22	53	30	73	1 ³⁷	2 ⁰⁰
Хлеб ржаной	24	53	30	65	1 ⁴⁵	1 ⁷⁰
Стоимость обеда:		628		780	69 ⁰⁷	74 ⁷⁴
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Картофель в молоке	150	186	180	210	15 ²¹	16 ⁰⁸
Чай с сахаром	150	53	200	38	1 ³⁹	1 ⁷³
Хлеб пшеничный	22	28	26	64	1 ²⁰	1 ³⁵
Пряники	70	256	70	256	1 ²⁰	1 ²⁸
Стоимость уплотненного полдника:		523		574	3 ⁰	3 ¹⁰
Калорийность дня:		1613		1920		
Стоимость дня:					14 ²⁰⁸	155 ²⁰

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

И.С. Мингачева
 И.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 И.В. Руцкая
 2024 год

МЕНЮ на «12» сентября 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Если	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Если	Сал
Завтрак:						
Каша ассорти молочная	150	180	200	243	1036	1272
Какао с молоком	150	99	200	133	663	759
Бутерброд со сгущенкой вареной	30	74	35	85	413	370
Стоимость завтрака:		353		461	2112	2601
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток <i>сметок</i>	155	98	155	98	923	1076
Стоимость второго завтрака:		98		98	923	1076
Обед:						
Салат из репчатого лука	40	46	55	52	185	246
Свекольник на овощном бульоне со сметаной	150	117	200	140	927	1000
Шницель из мяса кур	45	164	60	217	2351	2303
Канюста тушеная	100	83	120	100	800	924
Напиток из плодов шиповника	150	34	200	43	512	700
Хлеб пшеничный	22	33	30	74	126	200
Хлеб ржаной	26	57	30	65	128	182
Стоимость обеда:		534		691	5029	569
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Суп гречневый молочный	150	151	200	211	1279	1408
Булочка творожная с изюмом	60	262	85	353	1544	1712
Чай с сахаром	150	26	200	38	112	133
Стоимость уплотненного полдника:		439		604	2935	3213
Калорийность дня:		1444		1854		
Стоимость дня:					10999	12715

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



Н.С. Мишчагина



Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани
 И.В. Рушак
 2024 год

МЕНЮ на «15» января 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша манная на сгущенном молоке	150	134	200	219	817	991
Чай с сахаром	150	31	200	37	100	121
Бутерброд с маслом	30	103	35	119	600	725
Стоимость завтрака:		288		376	1517	1837
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные <i>сок яблочный</i>	150	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Огурец соленый порционно	32	6	53	10	208	364
Щи с рыбными консервами	150	84	200	117	1372	1516
Голубцы ленивые (п/ф) в томатном соусе	50/25	152	50/30	168	2100	2100
Макаронные изделия отварные с маслом	80	116	100	145	382	449
Компот из свежих ягод	150	83	200	90	1004	1275
Хлеб пшеничный	24	59	34	83	134	225
Хлеб ржаной	24	53	30	65	114	169
Стоимость обеда:		533		673	5314	6698
Уплотненный полдник с включением блюдо ужина:						
Салат из моркови и яблок	40	27	60	35	375	551
Ватрушка с творогом и изюмом	120	349	140	450	2018	2815
Какао с молоком	150	105	200	131	687	733
Стоимость уплотненного полдника:		481		616	3110	4804
Калорийность дня:		1409		1757		
Стоимость дня:					11841	14639

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

[Signature]
 Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «16» сентября 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калор ийнос ть, ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша геркулесовая на молоке	150	188	200	241	1080	1233
Кофейный напиток с молоком	150	103	200	124	623	741
Бутерброд с сыром	40	115	40	122	752	934
Стоимость завтрака:		406		487	2457	2906
Второй завтрак:						
Фрукт свежий / Фруктовый салат	121	65	143	76	1687	1820
Стоимость второго завтрака:		65		76	1687	1820
Обед:						
Салат из репчатого лука	40	47	55	52	194	268
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	170	200	185	951	1086
Плов из говядины	160	268	190	346	3742	4078
Компот из свежих ягод	150	67	200	91	1248	1424
Хлеб пшеничный	23	56	32	78	177	213
Хлеб ржаной	23	50	30	65	128	160
Стоимость обеда:		658		817	6440	7229
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Биточки рыбные запеченные	65	150	75	156	2961	3397
Пюре картофельное	100	157	140	205	834	1021
Хлеб пшеничный	22	53	27	65	150	177
Чай с сахаром	150	35	200	38	102	121
Стоимость уплотненного полдника:		397		464	4056	4716
Калорийность дня:	1526		1844			
Стоимость дня:					1464	1664

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



Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани
 И.В. Рушак
 «16» 04 2024 год

МЕНЮ на «17» *суббота* 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Суп молочный пшениный	155	161	205	221	1060	1282
Какао с молоком	150	102	205	133	631	728
Бутерброд со сгущенкой вареной	40	104	40	106	524	690
Стоимость завтрака:		367		460	2215	2700
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток <i>сметана</i>	148	93	148	93	940	940
Стоимость второго завтрака:		93		93	940	940
Обед:						
Салат из свежей капусты и кукурузы консервированной	30	28	50	30	282	434
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	142	200	129	1537	1710
Макаронник с печенью	160	260	210	342	3059	3372
Компот из яблок и изюмом	150	85	200	78	817	978
Хлеб пшеничный	23	37	30	73	154	210
Хлеб ржаной	23	49	30	65	126	159
Стоимость обеда:		621		797	5975	6869
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Омлет натуральный	105	232	120	280	761	995
Винегрет овощной	70	63	85	67	539	781
Батон	19	50	29	75	225	276
Чай с лимоном	150	34	200	40	211	258
Стоимость уплотненного полдника:		379		462	1736	2310
Калорийность дня:	1460		1812			
Стоимость дня:					10875	12813

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

Н.С. Мингачева



Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани
 И.В. Рушак
 2024 год

МЕНЮ на «18» *сентября* 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша пшеничная молочная	150	122	200	171	8 ⁴⁹	10 ³⁵
Кофейный напиток с молоком	150	102	200	125	6 ⁸⁰	7 ⁴²
Бутерброд с маслом	30	101	35	118	4 ⁸⁹	6 ⁰⁶
Стоимость завтрака:		325		414	20 ¹⁸	24 ⁴⁸
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные <i>сок яблочный</i>	200	87	200	87	19 ⁰⁰	19 ⁰⁰
Стоимость второго завтрака:		87		87	19 ⁰⁰	19 ⁰⁰
Обед:						
Икра свекольная	30	48	55	71	3 ⁸²	3 ⁸²
Щи на мясном бульоне со сметаной	150	151	200	174	9 ⁰⁰	10 ⁸⁶
Пирожки печеные с мясом	100	335	120	448	34 ⁸⁸	39 ⁸⁴
Компот из <i>свежих ягод.</i>	150	67	200	89	2 ⁹⁶	3 ⁴⁴
Хлеб ржаной	28	60	35	76	1 ⁵⁴	1 ⁹³
Стоимость обеда:		661		858	55 ¹⁹	59 ¹⁹
Уплотненный полдник с включением блюد ужина:						
Рагу овощное с говядиной тушеной	135	231	225	401	17 ³⁸	19 ²⁴
Хлеб пшеничный	20	47	27	67	1 ⁰⁹	1 ⁸¹
Чай с сахаром	150	31	200	38	1 ⁰⁰	1 ²¹
Печенье / Вафли	20	81	20	81	5 ⁰⁰	5 ⁰⁰
Стоимость уплотненного полдника:		390		587	24 ⁴⁷	27 ²⁶
Калорийность дня:		1463		1946		
Стоимость дня:					119 ¹⁴	130 ⁶³

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

Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «19» *сентября* 2024 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Если	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Если	Сал
Завтрак:						
Каша ассорти молочная	150	179	200	240	10 ²⁵	12 ⁶⁹
Какао с молоком	145	97	195	128	6 ⁷⁸	7 ²⁸
Бутерброд с сыром	35	106	40	121	7 ⁹⁴	9 ⁴¹
Стоимость завтрака:		382		489	25 ⁰⁷	29 ³⁸
Второй завтрак:						
Фрукт свежий / Фруктовый салат	135	65	155	76	17 ²⁷	18 ¹⁴
Стоимость второго завтрака:		65		76	17 ²⁷	18 ¹⁴
Обед:						
Салат из репчатого лука	30	33	50	45	1 ⁸⁷	2 ²⁹
Рассольник на курином бульоне со сметаной	150	134	200	170	9 ¹⁶	10 ⁴³
Картофель тушеный с курицей	150	227	180	291	26 ⁹⁶	29 ⁸⁴
Напиток из плодов шиповника с изюмом	150	50	200	63	4 ¹²	5 ¹⁷
Хлеб пшеничный	23	58	32	78	1 ⁵⁷	2 ¹³
Хлеб ржаной	28	60	35	76	1 ⁵⁴	1 ⁹³
Стоимость обеда:		560		723	45 ¹⁶	51 ⁷⁹
Уплотненный полдник с включением блюдо ужина:						
Салат из моркови с изюмом	35	33	55	46	3 ⁰⁰	4 ⁷⁴
Сочник с творогом	85	340	105	448	20 ⁵³	22 ⁰⁴
Кисломолочный напиток <i>сметана</i>	148	93	148	93	9 ⁴⁵	9 ⁴⁵
Стоимость уплотненного полдника:		466		587	32 ⁹⁸	36 ⁸³
Калорийность дня:		1473		1875		
Стоимость дня:					120 ⁴⁸	136 ¹⁴

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

[Подпись]
 Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 И. В. Рушак
 «19» 01 2024 год

МЕНЮ на «22» *сентября* 2024 год

Наименование	Выход порции			Стоимость		
	Ясли	калори ность , ккал	Сал	калори ность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Суп вермишелевый с овощами	150	80	200	142	521	694
Чай с сахаром	150	31	200	37	111	120
Бутерброд с маслом	30	100	35	120	448	626
Стоимость завтрака:		211		299	1080	1440
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные <i>сок яблочный</i>	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Салат из соленых огурцов с луком	35	27	60	42	312	419
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	159	200	177	867	1074
Запеканка рисовая с мясом	145	290	175	326	3837	4026
Компот из свежих ягод	150	67	200	90	1259	1422
Хлеб пшеничный	23	56	32	78	151	213
Хлеб ржаной	23	50	30	65	128	160
Стоимость обеда:		649		778	6591	7312
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Салат из моркови	35	21	50	31	272	290
Оладьи из творога и изюмом со сгущенкой вареной	80	224	170	441	317	420
Какао с молоком	145	95	195	126	686	726
Стоимость уплотненного полдника:		340		598	3845	4051
Калорийность дня:	1287		1762			
Стоимость дня:					13379	14703

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

И.С. Мингачева
 И.С. Мингачева

МЕНЮ на «23» января 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша манная молочная	150	173	200	234	994	1185
Кофейный напиток с молоком	150	101	200	124	686	723
Бутерброд со сгущенкой вареной	30	79	40	111	545	721
Стоимость завтрака:		353		469	2225	2629
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток <i>сметана</i>	148	93	148	93	946	946
Стоимость второго завтрака:		93		93	946	946
Обед:						
Салат из свеклы	30	28	50	45	197	273
Суп картофельный с макаронными изделиями	160	113	200	130	774	900
Пирожки печеные с печенью	105	303	125	364	2864	3089
Компот из свежих ягод	150	68	200	89	1248	1474
Хлеб ржаной	28	61	35	76	135	192
Стоимость обеда:		573		704	5268	5868
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Рыба, запеченная в омлете	125	197	155	281	3629	3870
Салат из картофеля с солеными огурцами	55	51	15	68	351	482
Чай с лимоном	150	33	200	40	128	180
Хлеб пшеничный	19	47	27	66	231	258
Стоимость уплотненного полдника:		328		455	4330	4790
Калорийность дня:		1347		1721		
Стоимость дня:					12778	14125

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



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 24 » января 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори ность , ккал	Сал	калори ность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша ячневая молочная	150	170	200	225	936	1150
Какао с молоком	140	95	185	122	588	674
Бутерброд с сыром	35	100	40	122	729	957
Стоимость завтрака:		375		469	2253	2781
Второй завтрак:						
Фрукт свежий /Фруктовый салат	110	59	129	70	1514	1690
Стоимость второго завтрака:		59		70	1514	1690
Обед:						
Салат из белокочанной капусты	30	30	50	47	200	270
Щи на овощном бульоне со сметаной	150	118	200	148	783	902
Котлеты "Сочные" (п/ф) в томатном соусе	50/125	155	50/30	168	2100	2100
Пюре картофельное	100	154	140	212	1034	1290
Компот из яблок с изюмом	150	71	200	95	1127	1357
Хлеб пшеничный	23	57	32	78	154	213
Хлеб ржаной	28	61	40	87	155	193
Стоимость обеда:		646		835	5553	6338
Уплотненный полдник с включением блюдо ужина:						
Запеканка рисовая со стуженкой вареной	150	259	180	338	1905	2164
Кисломолочный напиток	148	93	148	93	1000	1000
Батон	14	37	18	47	121	170
Стоимость уплотненного полдника:		389		478	3026	3334
Калорийность дня:		1469		1852		
Стоимость дня:					12346	14148

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



Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 И.В. Рушак
 « 24 » 01 2024 год

МЕНЮ на « 25 » сентябрь 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша геркулесовая молочная	150	201	200	244	1139	1596
Кофейный напиток с молоком	150	114	200	140	685	794
Бутерброд с маслом	30	98	35	122	433	655
Стоимость завтрака:		413		536	2257	
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:						
Огурец соленый порционно	52	6	48	9	240	332
Суп гороховый на мясном бульоне	150	162	200	181	1015	1286
Суфле из отварного мяса	50	212	75	243	4503	4450
Макаронные изделия отварные с маслом	80	110	100	150	321	486
Компот из свежих ягод	150	76	200	102	1228	1426
Хлеб пшеничный	23	53	32	76	183	204
Хлеб ржаной	27	59	30	65	152	189
Стоимость обеда:		680		826	4122	8328
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Картофель в молоке	165	216	200	248	1631	1866
Чай с сахаром	150	33	200	43	146	172
Хлеб пшеничный	22	52	26	63	128	148
Стоимость уплотненного полдника:		301		354	1805	2186
Калорийность дня:		1481		1803		
Стоимость дня:					13174	15314

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

И.С. Мингачева
 И.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 И.В. Рушак
 « 26 » _____ 2024 год

МЕНЮ на « 26 » *сентября* 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори ность , ккал	Сал	калори ность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша ассорти молочная	150	176	200	233	10 ⁴⁸	12 ¹⁵
Какао с молоком	145	96	105	125	5 ⁸⁷	6 ⁹⁶
Бутерброд со сгущенкой вареной	30	81	40	100	6 ²⁴	8 ⁰²
Стоимость завтрака:		353		478	22 ⁵⁸	27 ¹⁵
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток <i>сметана</i>	136	86	136	86	9 ²⁴	9 ²⁴
Стоимость второго завтрака:		86		86	9 ²⁴	9 ²⁴
Обед:						
Салат из репчатого лука	25	32	50	45	1 ⁸³	2 ⁵⁷
Свекольник на овощном бульоне со сметаной	150	123	205	144	8 ¹⁷	9 ³⁸
Шницель из мяса кур	40	157	45	197	18 ⁵⁶	20 ⁴⁰
Капуста тушеная	100	86	120	101	6 ²⁹	8 ⁴⁹
Напиток из плодов шиповника с изюмом	150	42	200	60	4 ⁰²	4 ⁸⁷
Хлеб пшеничный	22	52	30	72	1 ⁴¹	1 ⁹⁴
Хлеб ржаной	26	56	30	65	1 ⁴²	1 ⁷⁹
Стоимость обеда:				684	41 ⁷⁰	49 ⁷⁶
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Суп гречневый молочный	150	148	190	203	11 ³⁰	13 ⁵⁷
Булочка творожная	60	236	85	323	17 ²⁴	18 ⁷⁰
Чай с сахаром	150	25	200	36	1 ¹⁰	7 ⁴
Стоимость уплотненного полдника:		409		562	29 ⁶⁴	33 ⁴⁰
Калорийность дня:		1390		1810		
Стоимость дня:					103 ¹⁰	109 ²⁶

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



Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 И.В. Руцак
 2024 год

МЕНЮ на «29» января 2024 год

Наименование	Выход порции			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша манная на сгущенном молоке	150	154	200	219	848	1046
Чай с сахаром	150	31	200	36	100	116
Бутерброд с маслом	35	112	40	130	428	647
Стоимость завтрака:		297		385	1433	1809
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные сок яблоковый	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Огурец соленый порционно	29	5	48	9	2122	331
Щи с рыбными консервами	150	87	200	121	1349	1553
Голубцы ленивые (п/ф) в томатном соусе	50/125	151	50/120	162	2100	2100
Макаронные изделия отварные с маслом	80	112	100	144	296	328
Компот из свежих ягод	150	65	200	88	1057	1088
Хлеб пшеничный	22	53	31	75	148	265
Хлеб ржаной	26	58	30	65	148	182
Стоимость обеда:		533		664	5298	6034
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Салат из моркови и яблок	40	27	60	34	224	319
Ватрушка с творогом	120	327	140	422	2318	2560
Какао с молоком	140	99	190	121	584	674
Стоимость уплотненного полдника:		453		577	3128	3586
Калорийность дня:		1370		1713		
Стоимость дня:					11554	13300

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

И.В. Руцак
 Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани
 «27» И.В. Руцак
 2024 год

МЕНЮ на «30» сентября 2024 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калор ийнос ть, ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша геркулесовая на молоке	<u>150</u>	<u>127</u>	<u>200</u>	<u>238</u>	<u>1031</u>	<u>1222</u>
Кофейный напиток с молоком	<u>150</u>	<u>105</u>	<u>200</u>	<u>124</u>	<u>625</u>	<u>729</u>
Бутерброд с сыром	<u>40</u>	<u>113</u>	<u>40</u>	<u>121</u>	<u>615</u>	<u>820</u>
Стоимость завтрака:		<u>405</u>		<u>483</u>	<u>2272</u>	<u>2830</u>
Второй завтрак:						
Фрукт свежий / Фруктовый салат	<u>104</u>	<u>56</u>	<u>120</u>	<u>67</u>	<u>1500</u>	<u>1617</u>
Стоимость второго завтрака:		<u>56</u>		<u>67</u>	<u>1500</u>	<u>1617</u>
Обед:						
Салат из репчатого лука	<u>25</u>	<u>33</u>	<u>50</u>	<u>45</u>	<u>194</u>	<u>236</u>
Борщ на мясном бульоне со сметаной	<u>150</u>	<u>184</u>	<u>200</u>	<u>175</u>	<u>1048</u>	<u>1284</u>
Плов из говядины	<u>150</u>	<u>257</u>	<u>180</u>	<u>321</u>	<u>3159</u>	<u>3586</u>
Компот из свежих ягод	<u>150</u>	<u>66</u>	<u>200</u>	<u>86</u>	<u>962</u>	<u>1178</u>
Хлеб пшеничный	<u>23</u>	<u>57</u>	<u>35</u>	<u>85</u>	<u>174</u>	<u>215</u>
Хлеб ржаной	<u>24</u>	<u>52</u>	<u>30</u>	<u>65</u>	<u>133</u>	<u>167</u>
Стоимость обеда:		<u>625</u>		<u>777</u>	<u>5670</u>	<u>6666</u>
Уплотненный подник с включением блюдо ужина:						
Биточки рыбные запеченные	<u>60</u>	<u>142</u>	<u>70</u>	<u>148</u>	<u>2844</u>	<u>3184</u>
Пюре картофельное	<u>100</u>	<u>153</u>	<u>140</u>	<u>201</u>	<u>1071</u>	<u>1276</u>
Хлеб пшеничный	<u>23</u>	<u>57</u>	<u>28</u>	<u>67</u>	<u>152</u>	<u>183</u>
Чай с сахаром	<u>150</u>	<u>34</u>	<u>200</u>	<u>36</u>	<u>098</u>	<u>112</u>
Стоимость уплотненного подника:		<u>388</u>		<u>452</u>	<u>4165</u>	<u>4755</u>
Калорийность дня:	<u>1472</u>		<u>1779</u>			
Стоимость дня:					<u>13607</u>	<u>15874</u>

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

Н.С. Мингачева
 Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 И. В. Рушак
 2024 год

МЕНЮ на «31» января 2024 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Суп молочный пшениный	145	155	190	211	848	1000
Какао с молоком	145	35	195	126	572	696
Бутерброд с повидлом	40	99	45	113	346	464
Стоимость завтрака:		349		450	1766	2159
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток Чогурум	148	94	148	94	1000	1000
Стоимость второго завтрака:		94		94	1000	1000
Обед:						
Салат из свежей капусты и кукурузы консервированной	30	34	50	52	214	398
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	180	266	180	1200	1504
Макаронник с печенью	150	247	205	340	2970	3256
Компот из яблок	150	65	200	67	575	710
Хлеб пшеничный	23	56	30	73	152	212
Хлеб ржаной	23	57	30	65	131	165
Стоимость обеда:		583		771	5242	1243
Уплотненный подник с включением блюд ужина:						
Омлет натуральный	100	226	120	279	1049	1150
Винегрет овощной	70	67	80	68	759	886
Батон	19	48	28	73	217	268
Чай с лимоном	150	32	200	39	186	231
Стоимость уплотненного подника:		367		459	2211	2535
Калорийность дня:	1393		1774			
Стоимость дня:					10225	12037

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



Н.С. Мингачева