

МЕНЮ на «1» сентябрь 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша пшеничная молочная	150	175	200	238	981	1198
Кофейный напиток с молоком	150	104	200	128	673	768
Бутерброд с маслом	30	104	35	119	489	602
Стоимость завтрака:		383		485	2143	2568
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные <i>сок яблоковый</i>	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Икра свекольная	30	45	45	67	213	310
Щи на мясном бульоне со сметаной	150	145	200	166	1646	1112
Пирожки печеные с мясом	100	323	120	434	3200	3651
Компот из свежих ягод	150	64	200	85	953	1126
Хлеб ржаной	26	57	33	73	177	184
Стоимость обеда:		634		825	5361	6413
Уплотненный полдник с включением блюдо ужина:						
Рагу овощное	150	148	200	220	1374	1566
Хлеб пшеничный	19	46	27	66	126	114
Чай с сахаром	150	31	200	37	098	178
Печенье / Вафли	20	81	20	81	500	500
Стоимость уплотненного полдника:		306		404	2098	2246
Калорийность дня:		1410		1801		
Стоимость дня:					11761	13179

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

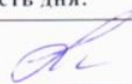


Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 2 » февраля 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность . ккал	Сал	калори йность . ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша ассорти молочная	150	188	200	249	10 ⁸²	1221
Какао с молоком	155	102	210	135	5 ⁸⁸	671
Бутерброд с сыром	35	107	40	121	6 ¹⁵	865
Стоимость завтрака:		397		505	22 ⁸⁵	2767
Второй завтрак:						
Фрукт свежий / Фруктовый салат	140	72	210	85	19 ¹⁹	2151
Стоимость второго завтрака:		72		85	19 ¹⁹	2151
Обед:						
Салат из репчатого лука	30	35	50	45	17 ¹	226
Рассольник на курином бульоне со сметаной	150	133	200	166	8 ⁶⁶	947
Картофель тушенный с курицей	150	231	175	290	26 ³⁴	2810
Напиток из плодов шиповника	150	31	200	40	4 ²	600
Хлеб пшеничный	18	43	25	60	11 ⁸	764
Хлеб ржаной	21	46	25	53	11 ⁷	149
Стоимость обеда:		519		656	43 ¹⁸	4896
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Салат из моркови	40	23	60	33	3 ¹⁴	485
Сочник с творогом	85	333	100	437	22 ³⁵	2416
Кисломолочный напиток <i>Йогурт</i>	162	102	162	162	10 ⁹⁰	1690
Стоимость уплотненного полдника:		458		572	36 ³⁹	3991
Калорийность дня:		1446		1818		
Стоимость дня:					121 ⁶¹	13865

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



Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 «*С. С. Мингачева*» Рушак
 2024 год

МЕНЮ на «*5*» *февраля* 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Суп вермишелевый с овощами	<i>150</i>	<i>46</i>	<i>200</i>	<i>139</i>	<i>590</i>	<i>704</i>
Чай с сахаром	<i>150</i>	<i>29</i>	<i>200</i>	<i>36</i>	<i>100</i>	<i>118</i>
Бутерброд с маслом	<i>30</i>	<i>101</i>	<i>35</i>	<i>119</i>	<i>452</i>	<i>626</i>
Стоимость завтрака:		<i>206</i>		<i>294</i>	<i>1142</i>	<i>1448</i>
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные <i>сок айвовый</i>	<i>200</i>	<i>87</i>	<i>200</i>	<i>87</i>	<i>1900</i>	<i>1900</i>
Стоимость второго завтрака:		<i>87</i>		<i>87</i>	<i>1900</i>	<i>1900</i>
Обед:						
Салат из соленых огурцов с луком	<i>35</i>	<i>26</i>	<i>55</i>	<i>42</i>	<i>286</i>	<i>4148</i>
Борщ на мясном бульоне со сметаной	<i>150</i>	<i>165</i>	<i>200</i>	<i>179</i>	<i>728</i>	<i>914</i>
Запеканка рисовая с мясом	<i>153</i>	<i>306</i>	<i>185</i>	<i>342</i>	<i>2796</i>	<i>4607</i>
Компот из свежих ягод	<i>150</i>	<i>65</i>	<i>200</i>	<i>86</i>	<i>1034</i>	<i>1239</i>
Хлеб пшеничный	<i>18</i>	<i>42</i>	<i>25</i>	<i>60</i>	<i>186</i>	<i>763</i>
Хлеб ржаной	<i>21</i>	<i>46</i>	<i>25</i>	<i>55</i>	<i>114</i>	<i>148</i>
Стоимость обеда:		<i>650</i>		<i>764</i>	<i>6579</i>	<i>7589</i>
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Салат из моркови	<i>40</i>	<i>25</i>	<i>60</i>	<i>34</i>	<i>300</i>	<i>465</i>
Оладьи из творога с повидлом	<i>135</i>	<i>328</i>	<i>180</i>	<i>443</i>	<i>2230</i>	<i>2513</i>
Какао с молоком	<i>140</i>	<i>91</i>	<i>190</i>	<i>122</i>	<i>588</i>	<i>684</i>
Стоимость уплотненного полдника:		<i>444</i>		<i>590</i>	<i>3116</i>	<i>3660</i>
Калорийность дня:	<i>1385</i>		<i>1744</i>			
Стоимость дня:					<i>12757</i>	<i>14527</i>

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

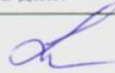
С. С. Мингачева
 Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директора ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 И.В. Рушак
 « 05 » 02 2024 год

МЕНЮ на 6 » февраль 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша манная молочная	150	176	200	220	937	1164
Кофейный напиток с молоком	150	102	200	127	636	758
Бутерброд с повидлом	40	95	45	109	311	451
Стоимость завтрака:		373		466	1884	2373
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток <i>сметана</i>	150	95	150	95	960	960
Стоимость второго завтрака:		95		95	960	960
Обед:						
Салат из свеклы	30	26	50	44	184	246
Суп картофельный с макаронными изделиями	160	112	200	131	712	807
Пирожки печеные с печенью	100	295	120	355	2846	3046
Компот из свежих ягод	150	64	200	86	957	1128
Хлеб ржаной	26	58	35	76	148	184
Стоимость обеда:		555		692	4841	5408
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Рыба, запеченная в омлете	125	199	160	281	5714	4105
Салат из картофеля с солеными огурцами	50	49	70	67	325	421
Чай с лимоном	22	55	31	76	148	206
Хлеб пшеничный	150	32	200	39	786	257
Стоимость уплотненного полдника:		335		463	4373	4989
Калорийность дня:		1358		1716		
Стоимость дня:					12058	13728

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



Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 И.В. Рушак
 «06» 02 2024 год

МЕНЮ на «07» февраля 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша ячневая молочная	150	190	200	240	1000	1206
Какао с молоком	150	100	200	132	580	637
Бутерброд с сыром	35	107	40	121	711	960
Стоимость завтрака:		397		493	2300	2803
Второй завтрак:						
Фрукт свежий /Фруктовый салат	116	63	145	73	1600	1858
Стоимость второго завтрака:		63		73	1600	1858
Обед:						
Салат из белокочанной капусты	30	27	50	46	796	912
Щи на овощном бульоне со сметаной	150	113	200	146	215	344
Котлеты "Сочные" (п/ф) в томатном соусе	50/25	149	50/30	165	2100	2100
Пюре картофельное	100	158	140	213	946	1072
Компот из яблок	150	38	200	50	448	629
Хлеб пшеничный	21	57	20	71	738	194
Хлеб ржаной	25	55	30	65	140	206
Стоимость обеда:		591		756	4788	5215
Уплотненный полдник с включением блюдо ужина:						
Запеканка рисовая со сгущенным молоком	150	247	180	322	1976	2101
Кисломолочный напиток	153	97	153	97	7040	1040
Батон	22	57	28	72	232	263
Стоимость уплотненного полдника:		401		491	3248	3404
Калорийность дня:		1452		1813		
Стоимость дня:					11901	13552

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



Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани И.В. Рушак
 « 07 » 02 2024 год

МЕНЮ на « 08 » февраля 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори ность , ккал	Сал	калори ность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша геркулесовая молочная	150	183	200	244	1031	1249
Кофейный напиток с молоком	150	102	200	128	652	723
Бутерброд с маслом	30	97	35	118	478	604
Стоимость завтрака:		382		490	2164	2576
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	27	5	41	7	108	982
Суп гороховый на мясном бульоне	150	143	200	167	1008	1216
Суфле из отварного мяса	50	202	70	239	385	4234
Макаронные изделия отварные с маслом	80	108	100	145	328	423
Компот из свежих ягод	150	64	200	85	969	1120
Хлеб пшеничный	22	54	31	75	172	203
Хлеб ржаной	23	50	30	65	144	129
Стоимость обеда:		626		783	6660	7759
Уплотненный подник с включением блюд ужина:						
Картофель в молоке	150	189	180	215	1386	1569
Чай с сахаром	22	51	26	64	147	174
Хлеб пшеничный	150	27	200	36	098	120
Стоимость уплотненного подника:		270		315	1631	1853
Калорийность дня:		1365		1675		
Стоимость дня:					12345	14088

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 «09» февраля 2024 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша ассорти молочная	150	183	200	242	10 ⁶⁸	12 ⁵⁸
Какао с молоком	150	97	200	129	5 ⁸⁶	6 ¹⁸
Бутерброд с повидлом	35	86	40	97	2 ⁵⁸	3 ⁹³
Стоимость завтрака:		366		468	19 ¹⁰	22 ⁶⁶
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток	143	90	143	90	9 ¹⁴	9 ¹⁴
Стоимость второго завтрака:		90		90	9 ¹⁴	9 ¹⁴
Обед:						
Салат из горошка зеленого консервированного	30	32	50	49	6 ³¹	8 ⁵⁸
Свекльник на овощном бульоне со сметаной	150	121	200	141	8 ⁸⁰	9 ⁷⁹
Шницель из мяса кур	40	149	60	212	20 ¹⁰	22 ⁵³
Капуста тушеная	100	86	120	102	8 ³⁷	9 ⁷²
Напиток из плодов шиповника	150	31	200	41	5 ⁰⁶	6 ⁴²
Хлеб пшеничный	19	46	27	65	1 ²⁶	1 ²⁵
Хлеб ржаной	23	50	28	62	1 ²⁸	1 ⁵⁸
Стоимость обеда:		575		672	50 ³⁸	59 ⁷⁷
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Суп гречневый молочный	150	157	200	212	13 ⁸⁰	14 ¹³
Булочка творожная	60	238	85	332	16 ⁵⁶	17 ¹⁴
Чай с сахаром	150	23	200	35	0 ⁹⁶	1 ¹⁵
Яйца вареные	40	75	40	74	14 ⁵⁰	14 ⁵⁰
Стоимость уплотненного полдника:		487		653	45 ⁸²	46 ⁹⁵
Калорийность дня:	1458		1883			
Стоимость дня:					123 ⁶⁴	138 ⁵²

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



Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 И. В. Рушак
 « 19 » 12 2024 год

МЕНЮ на « 12 декабря » 2024 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Ясли	калорийность, ккал	Сад	калорийность, ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша манная на стуженном молоке	150	154	200	224	8,97	10,00
Чай с сахаром	150	31	200	36	0,98	1,80
Бутерброд с маслом	35	109	35	125	4,39	6,15
Стоимость завтрака:		294		385	14,34	17,95
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:						
Огурец соленый порционно	24	4	40	7	1,88	2,76
Щи с рыбными консервами	150	84	200	117	13,17	15,21
Голубцы ленивые (п/ф) в томатном соусе	50/25	151	50/30	161	23,00	23,00
Макаронные изделия отварные с маслом	80	115	100	145	3,26	4,47
Компот из свежих ягод	150	64	200	86	0,34	10,80
Хлеб пшеничный	22	52	30	73	1,43	2,00
Хлеб ржаной	22	48	30	65	1,29	1,55
Стоимость обеда:		518		634	53,91	55,81
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Салат из моркови и яблок	45	30	65	37	3,49	4,36
Ватрушка с творогом	115	320	135	415	22,71	24,29
Какао с молоком	145	102	195	125	5,82	6,74
Яйца вареные	40	75	40	74	14,50	14,50
Стоимость уплотненного полдника:		527		651	46,52	49,49
Калорийность дня:		1426		1777		
Стоимость дня:					133,82	141,55

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



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 13 » февраля 2024 год

Наименование	Выход порций			калорийность, ккал	Стоимость	
	Ясли	калорийность, ккал	Сал		Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша геркулесовая на молоке	150	195	200	247	1045	1224
Кофейный напиток с молоком	150	110	200	129	671	725
Бутерброд с сыром	45	115	45	123	726	913
Стоимость завтрака:		420		499	2442	2862
Второй завтрак:						
Фрукт свежий - Фруктовый салат	96	53	100	62	1682	1821
Стоимость второго завтрака:		53		62	1682	1821
Обед:						
Зеленый горошек порционно	29	14	49	23	603	925
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	166	200	183	949	1131
Плов из говядины	155	259	185	332	3577	3910
Компот из свежих ягод	150	65	200	85	869	1096
Хлеб пшеничный	25	60	35	85	179	226
Хлеб ржаной	40	87	50	109	243	280
Стоимость обеда:		651		817	6420	7568
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Биточки рыбные запеченные	70	160	85	187	3559	3626
Пюре картофельное	100	157	140	203	917	1033
Хлеб пшеничный	25	61	30	72	157	196
Чай с сахаром	150	33	200	36	098	111
Стоимость уплотненного полдника:		411		478	4531	5066
Калорийность дня:	1535		1856			
Стоимость дня:					15075	17778

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




Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 14 » февраля 2024 год

Наименование	Выход порции			Стоимость		
	Если	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Если	Сад
Завтрак:						
Суп молочный пшеничный	145	160	190	217	1032	1263
Какао с молоком	150	105	195	138	628	743
Бутерброд с повидлом	35	93	40	166	300	434
Стоимость завтрака:		358		461	1960	2440
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток	142	90	142	90	900	900
Стоимость второго завтрака:		90		90	900	900
Обед:						
Салат из свежей капусты и кукурузы консервированной	30	33	45	53	248	357
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	130	200	179	1425	1636
Макаронник с печенью	155	252	205	340	2949	3200
Компот из яблок	150	68	200	68	573	720
Хлеб пшеничный	26	63	36	88	171	210
Хлеб ржаной	28	60	35	76	154	192
Стоимость обеда:		606		804	5320	6345
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Омлет натуральный	100	223	120	278	920	1068
Винегрет овощной	20	60	80	68	634	728
Батон	20	52	30	79	120	228
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	198	87	1900	1900
Стоимость уплотненного полдника:		422		512	3674	4024
Калорийность дня:	1476		1867			
Стоимость дня:					10074	13764

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


 Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 И.В. Рушак
 «14» 02 2024 год

МЕНЮ на «15» февраля 2024 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Если	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Если	Сад
Завтрак:						
Каша пшеничная молочная	150	173	200	236	982	1137
Кофейный напиток с молоком	150	104	200	128	651	737
Бутерброд с маслом	30	104	35	121	488	625
Стоимость завтрака:		361		485	2121	2499
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные <i>сок изюмный</i>	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Икра свекольная	30	44	50	68	210	300
Щи на мясном бульоне со сметаной	150	151	200	171	979	1171
Пирожки печеные с мясом	100	337	120	448	3546	3912
Компот из свежих ягод	150	66	200	87	819	1046
Хлеб ржаной	28	61	34	74	156	195
Стоимость обеда:		659		648	5710	6644
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Рагу овощное	150	145	200	218	1406	1570
Хлеб пшеничный	21	52	30	72	100	115
Чай с сахаром	150	30	200	38	141	145
Печенье / Вафли	20	81	20	81	400	400
Стоимость уплотненного полдника:		308		409	2047	2240
Калорийность дня:		1435		1829		
Стоимость дня:					11778	13285

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 «16» февраля 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша ассорти молочная	150	192	200	257	1016	1239
Какао с молоком	160	106	215	139	615	701
Бутерброд с сыром	40	109	45	127	721	941
Стоимость завтрака:		407		523	2122	2881
Второй завтрак:						
Фрукт свежий / Фруктовый салат	104	57	123	66	1600	1720
Стоимость второго завтрака:		57		66	1600	1720
Обед:						
Салат из репчатого лука	30	33	50	45	106	207
Рассольник на курином бульоне со сметаной	150	131	200	164	813	925
Картофель тушенный с курицей	155	237	185	303	2738	2926
Напиток из плодов шиповника	150	32	200	42	479	621
Хлеб пшеничный	20	48	30	73	132	161
Хлеб ржаной	24	62	30	65	133	152
Стоимость обеда:		533		692	4418	5079
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Салат из моркови	40	23	60	33	332	441
Сочник с творогом	90	357	110	160	2190	2320
Кисломолочный напиток	164	104	164	104	960	960
Стоимость уплотненного полдника:		478		597	3484	3721
Калорийность дня:	1475		1878			
Стоимость дня:					11924	13401

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



Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г.Сызрани
 И.В. Рушак
 «16» 02 2024 год

МЕНЮ на «19» февраля 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Суп вермишелевый с овощами	150	78	200	141	500	600
Чай с сахаром	150	31	200	36	100	113
Бутерброд с маслом	30	104	35	123	454	624
Стоимость завтрака:		213		300	1054	1337
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные <i>все ягодные</i>	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Салат из соленых огурцов с луком	30	26	55	40	213	333
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	168	200	178	839	1065
Запеканка рисовая с мясом	150	311	185	346	4214	4536
Компот из свежих ягод	150	65	200	86	963	1166
Хлеб пшеничный	23	36	32	78	157	213
Хлеб ржаной	24	52	30	65	133	164
Стоимость обеда:		678		793	6513	7478
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Салат из моркови	40	23	60	33	385	540
Оладьи из творога с повидлом	130	317	175	427	2754	2437
Какао с молоком	150	101	205	134	745	883
Стоимость уплотненного полдника:		441		594	3884	4320
Калорийность дня:		1419		1774		
Стоимость дня:					13357	15034

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

И.С. Мингачева

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

МЕНЮ на 10 февраля 2024 год

Наименование	Выход порции			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша манная молочная	155	192	205	255	1356	1508
Кофейный напиток с молоком	150	115	200	142	834	1002
Бутерброд с повидлом	40	103	45	117	312	426
Стоимость завтрака:		410		514	2502	2936
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток	154	97	154	97	984	984
Стоимость второго завтрака:		97		97	984	984
Обед:						
Салат из свеклы	30	27	50	45	277	397
Суп картофельный с макаронными изделиями	160	112	200	130	691	727
Пирожки печеные с печенью	110	316	135	377	3038	3522
Компот из свежих ягод	150	64	200	85	948	1194
Хлеб ржаной	28	62	35	76	159	199
Стоимость обеда:				714	5133	5834
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Рыба, запеченная в омлете	145	217	180	309	4200	4750
Салат из картофеля с солеными огурцами	50	49	70	68	312	426
Чай с лимоном	20	50	29	70	135	191
Хлеб пшеничный	150	30	200	38	215	266
Стоимость уплотненного полдника:		346		485	4862	5634
Калорийность дня:		1434		1810		
Стоимость дня:					13481	15512

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



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «21» февраля 2024 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша ячневая молочная	150	185	200	234	1094	1371
Какао с молоком	150	96	195	129	723	847
Бутерброд с сыром	40	111	45	127	751	970
Стоимость завтрака:		392		490	2568	3188
Второй завтрак:						
Фрукт свежий /Фруктовый салат	150	77	240	91	2009	2300
Стоимость второго завтрака:		77		91	2009	2300
Обед:						
Салат из белокачанной капусты	30	31	200	143	839	961
Щи на овощном бульоне со сметаной	150	113	50	47	786	759
Котлеты "Сочные" (п/ф) в томатном соусе	50/25	152	50/30	166	2300	2300
Пюре картофельное	100	153	140	212	1195	1379
Компот из яблок	150	39	200	33	406	535
Хлеб пшеничный	20	48	28	67	132	183
Хлеб ржаной	28	61	40	87	742	192
Стоимость обеда:		599		775	5100	5840
Уплотненный полдник с включением блюдо ужина:						
Запеканка рисовая со сгущенным молоком	150	246	175	321	1684	1870
Кисломолочный напиток	148	94	118	94	1000	1000
Батон	22	57	28	72	231	262
Стоимость уплотненного полдника:		397		487	2915	3132
Калорийность дня:		1465		1843		
Стоимость дня:					12702	14424

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



Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 И.В. Руцак
 "22" 09 2024 год

МЕНЮ на 22.09.2024 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша геркулесовая молочная	153	196	210	263	4138	1357
Кофейный напиток с молоком	150	116	200	143	831	909
Бутерброд с маслом	30	701	35	121	459	624
Стоимость завтрака:		413		527	2428	2980
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные <i>сок яблочный</i>	200	87	260	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Огурец соленый порционно	35	6	51	9	255	352
Суп гороховый на мясном бульоне	150	157	200	180	2449	1464
Суфле из отварного мяса	60	245	85	286	4594	5032
Макаронные изделия отварные с маслом	80	107	100	145	324	401
Компот из свежих ягод	150	65	200	87	1100	1100
Хлеб пшеничный	20	48	28	68	143	153
Хлеб ржаной	24	53	30	65	136	128
Стоимость обеда:		681		840	7444	8991
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Картофель в молоке	153	198	185	223	1304	1574
Чай с сахаром	24	57	28	67	108	183
Хлеб пшеничный	150	27	200	36	143	128
Стоимость уплотненного полдника:		284		326	1573	1885
Калорийность дня:		1465	1780			
Стоимость дня:					13045	15730

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



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на «26» февраля 2024 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша манная на сгущенном молоке	130	155	200	217	1089	1135
Чай с сахаром	150	32	200	36	098	717
Бутерброд с маслом	30	104	35	120	427	604
Стоимость завтрака:		291		373	1614	1856
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные <i>с сс яблоками</i>	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Огурец соленный порционно	28	5	47	8	194	326
Щи с рыбными консервами	150	84	200	117	1425	1571
Голубцы ленивые (п/ф) в томатном соусе	50/25	153	50/20	162	2161	2160
Макаронные изделия отварные с маслом	80	120	100	143	394	466
Компот из свежих ягод	150	66	200	86	1013	1270
Хлеб пшеничный	22	33	31	74	145	203
Хлеб ржаной	22	48	30	65	123	134
Стоимость обеда:		229		655	5469	6120
Уплотненный полдник с включением блюдо ужина:						
Салат из моркови и яблок	50	32	70	39	539	744
Ватрушка с творогом	120	334	140	423	2035	2206
Какао с молоком	150	107	200	129	845	845
Яйца вареные	38	70	40	74	1450	1450
Стоимость уплотненного полдника:		543		685	4869	5245
Калорийность дня:		1450		1780	13848	15197
Стоимость дня:					13848	15197

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



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 27 » февраля 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калор иннос ть, ккал	Сал	калори инность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша геркулесовая на молоке	150	193	200	241	10 ⁰⁰	13 ⁸⁸
Кофейный напиток с молоком	150	107	200	127	4 ²⁴	8 ⁵⁸
Бутерброд с сыром	40	114	40	117	4 ⁸⁸	9 ²²
Стоимость завтрака:		411		485	28 ¹²	31 ⁶⁰
Второй завтрак:						
Фрукт свежий - Фруктовый салат	143	76	170	88	20 ³⁴	22 ¹³
Стоимость второго завтрака:		76		88	20 ³⁴	22 ¹³
Обед:						
Зеленый горошек порционно	29	13	48	22	5 ⁴⁵	9 ¹⁴
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	176	200	188	10 ¹³	11 ⁷⁹
Плов из говядины	170	283	200	359	4 ²⁵⁷	4 ⁵⁸⁸
Компот из свежих ягод	150	65	200	27	8 ¹⁷	10 ⁸⁷
Хлеб пшеничный	22	53	31	74	1 ⁶³	2 ⁰¹
Хлеб ржаной	22	48	30	65	1 ⁶³	2 ⁷⁵²
Стоимость обеда:		639		795	69 ⁰⁸	81 ¹⁷
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Биточки рыбные запеченные	80	176	95	178	3 ⁹⁰²	4 ⁸⁹
Пюре картофельное	100	157	140	202	10 ¹⁷	13 ¹⁵
Хлеб пшеничный	21	52	25	62	7 ⁴³	1 ⁶⁸
Чай с сахаром	150	35	200	36	7 ⁰²	1 ⁷⁸
Стоимость уплотненного полдника:		420		478	52 ²⁴	58 ⁵⁹
Калорийность дня:		1546		1846		
Стоимость дня:					166 ⁷⁰	193 ²⁵

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



Н.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 И.В. Рушак
 27.02.2024 год

МЕНЮ на «28» февраля 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори ность , ккал	Сад	калори ность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Суп молочный пшениный	130	147	115	199	996	1124
Какао с молоком	140	93	185	120	659	768
Бутерброд с повидлом	35	92	40	103	311	431
Стоимость завтрака:		332		422	1966	2323
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток	163	103	163	103	1108	1108
Стоимость второго завтрака:		103		103	1108	1108
Обед:						
Салат из свежей капусты и кукурузы консервированной	30	29	50	51	234	389
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	142	200	188	1478	1696
Макаронник с печенью	160	266	215	354	3213	3544
Компот из яблок	150	68	200	61	566	724
Хлеб пшеничный	23	55	30	73	149	209
Хлеб ржаной	23	51	30	65	120	162
Стоимость обеда:		611		792	5710	6744
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Омлет натуральный	95	226	115	278	931	1036
Винегрет овощной	75	66	85	70	649	754
Батон	19	48	28	73	220	262
Соки овощные, фруктовые и ягодные	189	82	201	88	1900	1900
Стоимость уплотненного полдника:		422		509	3700	3952
Калорийность дня:		1468		1826		
Стоимость дня:					12544	14160

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

МЕНЮ на 29 февраля 2024 год

Наименование	Выход порции			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша пшеничная молочная	150	177	200	244	1431	1390
Кофейный напиток с молоком	150	107	200	180	821	904
Бутерброд с маслом	30	701	35	115	416	500
Стоимость завтрака:		385		489	2368	2889
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Икра свекольная	25	44	45	64	24	363
Щи на мясном бульоне со сметаной	150	149	200	170	1007	1102
Пирожки печеные с мясом	105	340	125	453	3759	4074
Компот из свежих ягод	150	65	200	84	946	1145
Хлеб ржаной	23	49	30	65	126	160
Стоимость обеда:		647		836	6049	6841
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Рагу овощное	150	147	200	221	1428	1645
Хлеб пшеничный	20	48	28	67	132	181
Чай с сахаром	150	32	200	37	699	715
Печенье / Вафли	20	81	20	81	500	500
Стоимость уплотненного полдника:		308		406	2259	2441
Калорийность дня:	1427		1818		12586	14074
Стоимость дня:						

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



Н.С. Мингачева