

МЕНЮ на «д» сентября 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори ность ккал	Сал	калори ность ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша ячневая молочная	150	196	180	225	10 41	12 94
Кофейный напиток с молоком	150	113	180	135	7 43	8 89
Бутерброд с сыром	40	117	40	114	6 78	8 44
Стоимость завтрака:		426		474	24 62	30 27
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток	163	106	163	106	8 57	8 57
Стоимость второго завтрака:		106		106	8 57	8 57
Обед:						
Икра свекольная	25	44	45	65	2 13	3 25
Щи на мясном бульоне со сметаной	150	134	200	150	9 32	11 04
Пирожки печеные с мясом	105	341	125	453	37 43	46 81
Напиток из яблок	150	67	200	63	6 94	8 63
Хлеб ржаной	23	50	30	65	1 28	1 61
Стоимость обеда:		636		798	57 16	64 77
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Отурец соленый порционно	26	5	42	8	1 76	2 94
Шницель из мяса кур	40	151	53	209	19 73	21 90
Пюре картофельное	65	109	90	141	9 16	10 88
Хлеб пшеничный	20	48	28	67	1 32	1 83
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	19 00	19 00
Стоимость уплотненного полдника:		400		572	50 93	57 33
Калорийность дня:		1568		1889		
Стоимость дня:					141 90	161 49

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

И.С. Мингачева

Утверждаю
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани
 И.В. Рушак
 01.03.2024 год

МЕНЮ на 04 марта 2024 года

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калорийность, ккал	Сал	калорийность, ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша пшеничная на стуженном молоке	150	177	180	210	839	1098
Чай с сахаром	150	28	180	32	098	712
Бутерброд с маслом	25	86	15	122	482	645
Стоимость завтрака:		291		364	1417	1855
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Салат из свеклы	30	32	40	41	186	257
Суп с рыбными консервами	150	68	200	90	1377	1561
Голубцы ленивые (п/ф) в томатном соусе	50/25	149	50/30	161	2300	2300
Каша гречневая рассыпчатая	100	114	120	133	625	780
Компот из свежемороженых ягод	150	64	200	85	937	1161
Хлеб пшеничный	23	56	32	78	153	213
Хлеб ржаной	30	65	30	65	160	160
Стоимость обеда:				653	5738	6432
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Суп вермишелевый молочный	150	161	200	206	1047	1322
Яйца вареные	40	75	40	74	1450	1460
Чай с лимоном	150	29	200	38	216	243
Батон	17	44	25	65	189	237
Кисломолочный напиток	104	65	104	65	700	700
Стоимость уплотненного полдника:		374		448	3602	3902
Калорийность дня:		1300		1552		
Стоимость дня:					12677	14139

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

[Подпись]

И.С. Мингачева

МЕНЮ на « 05 » марта 2024 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша манная молочная	150	192	180	224	800	1000
Кофейный напиток с молоком	150	112	180	124	817	910
Бутерброд с сыром	40	109	40	119	731	900
Стоимость завтрака:		413		477	2351	2810
Второй завтрак:						
Фруктовый салат/Фрукт свежий Сок фруктовый	126	65	151	75	1775	1900
Стоимость второго завтрака:		65		75	1775	1900
Обед:						
Огурец свежий (порционно)	35	6	44	8	723	888
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	160	200	175	815	1038
Запеканка рисовая с мясом	160	311	190	347	4210	4589
Компот из свежемороженых ягод	150	64	180	76	826	1025
Хлеб пшеничный	22	54	31	75	142	200
Хлеб ржаной	20	50	25	53	104	145
Стоимость обеда:		645			6975	7508
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Салат из картофеля с соевыми огурцами	30	25	70	67	315	421
Суфле из рыбы	80	203	115	246	3256	4156
Пюре картофельное	105	159	135	193	911	1648
Хлеб пшеничный	22	54	26	64	140	184
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость уплотненного полдника:		528		657	2142	2199
Калорийность дня:		1587		1945	18243	20414
Стоимость дня:						

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

МЕНЮ на 16 » 2024 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калори йность . ккал	Сал	калори йность . ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша пшеничная молочный	150	183	180	260	1037	1172
Какао с молоком	150	105	180	118	655	768
Бутерброд с повидлом	35	84	40	67	321	417
Стоимость завтрака:		372		445	2013	2357
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Салат из горошка зеленого консервированного	30	31	50	49	610	868
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	117	200	188	721	813
Картофель тушеный с курицей	140	218	170	282	2434	2516
Компот из ябллок	150	47	200	67	631	805
Хлеб пшеничный	22	53	30	73	144	197
Хлеб ржаной	22	48	30	65	123	153
Стоимость обеда:		574		668	4643	5362
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Винегрет овощной	70	62	80	67	603	749
Омлет паровой с мясом	65	184	135	365	3618	3854
Напиток лимонный	150	79	180	95	500	603
Хлеб пшеничный	19	46	20	63	133	172
Стоимость уплотненного полдника:		371		590	4944	5388
Калорийность дня:		1344		1780		
Стоимость дня:					1363	15100

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


 Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 07 марта » 2024 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сад	калори йность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша геркулесовая молочная	155	204	185	234	1125	1347
Кофейный напиток с молоком	150	118	180	130	816	920
Бутерброд с маслом	30	119	35	132	457	691
Стоимость завтрака:		441		502	2398	2958
Второй завтрак:						
Фруктовый салат/Фрукт свежий Сок фруктовый	109	57	150	76	1824	2068
Стоимость второго завтрака:		57		76	1824	2068
Обед:						
Салат из кукурузы (консервированной)	38	48	48	66	1078	1356
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	113	200	128	611	700
Пирожки печенье с печенью	115	322	140	394	3347	3514
Компот из свежемороженых ягод	150	67	200	87	931	1193
Хлеб ржаной	23	50	30	65	128	159
Стоимость обеда:		600		740	6095	6924
Уплотненный подник с включением блюда ужина:						
Огурец соленый порционно	31	6	51	9	211	330
Плов из птицы	165	237	200	292	2135	2443
Хлеб пшеничный	150	80	27	66	729	181
Чай с сахаром	20	81	200	37	702	118
Печенье/вафля	20	48	40	161	500	500
Стоимость уплотненного подника:		402		565	4078	3592
Калорийность дня:	1500		1883			
Стоимость дня:					13394	15340

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

И.С. Мингачева

И.С. Мингачева

МЕНЮ на 11 марта 2024 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Ясли	калори ность , ккал	Сал	калори ность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша манная на сгущенном молоке	150	160	200	229	956	1081
Чай с сахаром	150	28	200	36	700	70
Бутерброд с маслом	20	700	35	127	432	64
Стоимость завтрака:		294		392	1488	1845
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Салат из горошка зеленого консервированного	30	31	50	48	625	824
Щи с рыбными консервами	150	81	200	105	1274	1481
Котлеты "Сочный" (п/ф) в томатном соусе	50/25	148	50/50	166	2100	2100
Макаронные изделия отварные с маслом	85	120	110	168	421	633
Компот из яблок	150	43	200	54	382	474
Хлеб пшеничный	22	52	30	73	142	159
Хлеб ржаной	22	47	30	63	120	130
Стоимость обеда:		521		682	5804	5864
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Салат из моркови и яблок	40	27	50	27	273	315
Лакомка из творога	145	550	165	398	3128	3349
Яйца вареные	40	75	40	74	1450	1400
Кисломолочный напиток	120	76	200	76	816	216
Чай с сахаром	150	28	200	35	698	705
Стоимость уплотненного полдника:		556		611	5765	6236
Калорийность дня:		1459		1771		
Стоимость дня:					14123	13824

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




Н.С. Минтачева

МЕНЮ на «12» 03 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калорийность, ккал	Сал	калорийность, ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша пшеничная вязкая на молоке	150	234	180	271	10 ³³	12 ⁰⁰
Кофейный напиток с молоком	150	117	180	137	8 ¹⁶	9 ¹³
Бутерброд с сыром	35	93	40	111	7 ⁵¹	9 ³²
Стоимость завтрака:		444		519	26 ⁰⁰	30 ⁴⁵
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток	125	82	163	88	10 ⁶⁰	10 ⁶⁰
Стоимость второго завтрака:					10 ⁶⁰	10 ⁶⁰
Обед:						
Огурец свежий (порционно)	38	7	48	9	8 ⁴⁶	10 ⁵⁷
Суп гороховый на мясном бульоне	150	146	180	153	10 ¹⁵	12 ¹³
Жаркое по-домашнему	125	250	185	321	32 ³⁸	35 ²⁰
Компот из свежемороженых ягод	150	69	180	82	8 ⁵³	10 ⁰⁰
Хлеб пшеничный	20	49	28	68	1 ⁴³	1 ⁸⁵
Хлеб ржаной	19	42	27	58	1 ⁰⁷	1 ⁴³
Стоимость обеда:		563		691	62 ⁰²	71 ²⁴
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Биточки рыбные запеченные	65	151	90	188	35 ²³	37 ⁶⁰
Рис отварной	90	133	120	146	5 ¹⁴	6 ⁹¹
Соус томатный	25	30	30	37	2 ³⁶	2 ⁸⁶
Чай с лимоном	150	32	180	37	2 ²⁴	2 ⁶⁰
Хлеб пшеничный	20	49	24	59	1 ⁵⁰	1 ⁵⁹
Печенье/ вафли	20	81	20	81	5 ⁰⁰	5 ⁰⁰
Стоимость уплотненного полдника:		476		578	51 ²⁷	55 ³⁹
Калорийность дня:		1565		1876		
Стоимость дня:					149 ⁸⁹	168 ²⁴

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

 Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 13 » декабрь 2024 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Ясли	калор ийнос ть, ккал	Сал	калори йность ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша ассорти молочная	150	129	200	253	1102	1356
Чай с молоком	150	87	200	112	638	815
Бутиерброд с повидлом	35	87	45	112	300	420
Стоимость завтрака:		363		487	2092	2641
Второй завтрак						
Фруктовый салат (Фрукт свежий)/Сок фруктовый	122	63	165	84	1840	2088
Стоимость второго завтрака:		63		84	1840	2088
Обед:						
Салат из репчатого лука	40	47	50	48	188	269
Суп из овощей	150	55	200	73	607	712
Макаронник с печенью	185	284	230	364	3282	3898
Напиток из плодов шиповника	150	34	200	44	424	637
Хлеб пшеничный	21	50	30	73	139	190
Хлеб ржаной	20	44	25	53	114	145
Стоимость обеда:		574		657	6842	7369
Уплотненный подник с включением блюдо ужина:						
Винегрет овощной	70	65	85	71	631	749
Кулеш с мясом (и смеси круп)	155	244	195	311	3963	4910
Компот из свежемороженных ягод	150	68	200	91	1000	1222
Батон	21	33	25	66	215	242
Стоимость уплотненного подника:		432		539	5809	6523
Калорийность дня:		1372		1767		
Стоимость дня:					16584	16816

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



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на 14 марта 2024 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Ясли	калори йность - ккал	Сад	калори йность - ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Суп молочный рисовый	150	181	195	210	1194	1330
Какао с молоком	160	712	190	127	725	849
Бутерброд с маслом	25	80	35	130	481	625
Стоимость завтрака:		373		467	2400	2804
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	43	100	43	900	900
Стоимость второго завтрака:		43		43	900	900
Обед:						
Огурец свежий (порционно)	37	7	49	9	880	1092
Рассольник Ленинградский на мясном бульоне со сметаной	150	143	120	163	738	916
Суфле из отварного мяса	50	178	70	200	4102	4624
Гороховое пюре	110	141	130	152	412	504
Компот из свежзамороженных ягод	150	66	180	80	1000	1200
Хлеб пшеничный	24	59	30	73	158	191
Хлеб ржаной	22	47	27	58	121	146
Стоимость обеда:		641		735	7600	8590
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Салат из картофеля с соевыми огурцами	60	58	75	67	325	417
Рыба запеченная в омлете	120	194	150	270	3272	3594
Хлеб пшеничный	20	74	25	60	145	163
Чай с сахаром	150	37	180	47	102	128
Стоимость уплотненного полдника:		368		452	3844	4212
Калорийность дня:		1425		1695		
Стоимость дня:					14801	16680

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

 П.С. Мингачева

МЕНЮ на «15» марта 2024 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Яели	калори йность . ккал	Сал	калори йность . ккал	Яели	Сал
Завтрак:						
Каша ячневая молочная	150	191	180	215	10 ³²	12 ⁶³
Кофейный напиток с молоком	150	106	180	129	7 ¹⁵	8 ³³
Бутерброд с сыром	45	131	45	126	2 ⁶⁸	9 ⁸⁵
Стоимость завтрака:		428		470	25 ¹⁵	30 ⁷⁷
Второй завтрак:						
Фруктовый салат/Фрукт свежий/Сок фруктовый	170	72	198	90	23 ⁹⁰	25 ⁰⁹
Стоимость второго завтрака:		77		90	23 ⁹⁰	25 ⁰⁹
Обед:						
Икра свекольная	35	47	55	72	2 ¹¹	3 ⁹⁶
Щи на мясном бульоне со сметаной	150	153	200	175	8 ⁷⁴	10 ²²
Пирожки печеные с мясом	110	370	135	500	38 ⁵⁶	41 ⁷⁰
Компот из яблок	150	57	200	57	4 ²²	5 ⁷⁸
Хлеб ржаной	22	47	28	61	1 ²⁶	1 ⁵¹
Стоимость обеда:		674		865	54 ⁸⁹	62 ⁸⁷
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Огурец соленый порционно	30	5	49	9	2 ⁷¹	3 ³⁸
Шницель из мяса кур	55	174	80	242	23 ⁴⁷	25 ³⁸
Пюре картофельное	90	144	125	187	12 ⁰³	14 ³⁵
Хлеб пшеничный	19	47	27	69	1 ⁰⁶	1 ⁷²
Чай с сахаром	150	37	200	57	1 ³²	1 ⁷⁵
Стоимость уплотненного полдника:		407		534	41 ¹⁹	46 ⁵⁸
Калорийность дня:		1586		1979		
Стоимость дня:					144 ²³	165 ⁹⁶

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



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 15 » *март* 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори ность , ккал	Сал	калори ность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша пшеница на сгущенном молоке	150	176	180	211	10 ⁰⁰	1108
Чай с сахаром	150	28	180	32	7 ⁰⁰	718
Бутерброд с маслом	25	93	35	130	435	673
Стоимость завтрака:		297		373	15 ³⁵	1896
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	19 ⁰⁰	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	19 ⁰⁰	1900
Обед:						
Салат из свеклы	45	36	55	47	186	228
Суп с рыбными консервами	150	82	200	107	1228	1565
Голубцы ленивые (п/ф) в томатном соусе	50/25	157	50/30	161	2300	2300
Каша гречневая рассыпчатая	100	115	120	133	597	737
Компот из свежемороженых ягод	150	64	200	84	914	1108
Хлеб пшеничный	22	34	31	76	747	206
Хлеб ржаной	30	65	30	65	150	750
Стоимость обеда:		567		673	53 ⁰⁰	6341
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Суп вермишелевый молочный	150	163	200	210	1036	1319
Яйца вареные	20	37	20	37	1450	1400
Чай с лимоном	150	29	200	38	273	264
Батон	19	49	28	74	223	269
Кисломолочный напиток	100	63	100	63	680	680
Стоимость уплотненного полдника:		341		422	36 ⁰⁰	3982
Калорийность дня:		1292		1535		
Стоимость дня:					125 ³⁵	14119

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

Н.С. Мингачева
 Н.С. Мингачева

МЕНЮ на « 19 » марта 2024 год

Наименование	Выход порции			Стоимость		
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша манная молочная	150	174	180	207	1045	1123
Кофейный напиток с молоком	150	103	180	124	751	818
Бутерброд с сыром	40	115	45	127	736	972
Стоимость завтрака:		392		458	2532	2913
Второй завтрак:						
Фруктовый салат Фрукт свежий Сок фруктовый	118	54	137	63	1648	1869
Стоимость второго завтрака:		54		63	1648	1869
Обед:						
Огурец свежий (порционно)	21	4	26	5	400	524
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	168	200	183	1042	1236
Запеканка рисовая с мясом	150	294	185	331	3971	4130
Компот из свежемороженых ягод	150	66	180	76	942	1074
Хлеб пшеничный	22	34	31	75	155	204
Хлеб ржаной	19	41	30	65	105	158
Стоимость обеда:		627		725	6615	7376
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Салат из соевых огурцов	55	27	90	68	311	457
Суфле из рыбы	65	170	90	205	274	3036
Пюре картофельное	100	153	180	188	925	1135
Хлеб пшеничный	22	34	26	63	135	170
Чай с сахаром	150	50	200	77	102	127
Стоимость уплотненного полдника:		432		585	4187	4925
Калорийность дня:		1525		1821		
Стоимость дня:					14980	17140

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



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на 20.11.2024 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори йность . ккал	Сал	калори йность . ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша пшеничная молочная	150	183	180	208	945	1164
Какао с молоком	145	103	175	118	616	765
Бутерброд с повидлом	35	91	45	116	314	466
Стоимость завтрака:		377		442	1872	2395
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	82	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		82	1900	1900
Обед:						
Салат из горошка зеленого консервированного	25	32	45	46	526	786
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	125	200	143	789	916
Картофель тушеный с курицей	150	229	180	289	2937	3209
Компот из яблок	150	37	200	49	376	519
Хлеб пшеничный	21	52	30	72	145	795
Хлеб ржаной	21	46	27	58	120	147
Стоимость обеда:		521		657	4803	5766
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Винегрет овощной	70	60	80	65	482	686
Омлет паровой с мясом	60	154	120	312	3755	3719
Напиток лимонный	150	79	180	55	284	459
Хлеб пшеничный	18	44	25	61	134	166
Стоимость уплотненного полдника:		337		533	4108	5040
Калорийность дня:		1322		1719		
Стоимость дня:					12723	15000

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



Н.С. Мингачева

МЕНЮ на 22 марта 2024 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Ясли	калори йность , ккал	Сал	калори йность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша геркулесовая молочная	150	186	180	212	1021	1204
Кофейный напиток с молоком	150	105	180	122	428	632
Бутерброд с маслом	30	111	35	123	714	803
Стоимость завтрака:		402		457	2221	2639
Второй завтрак:						
Фруктовый салат/Фрукт свежий/Сок фруктовый	92	51	100	66	1600	1600
Стоимость второго завтрака:		51		66	1600	1600
Обед:						
Салат из кукурузы (консервированной)	39	50	30	66	1108	1386
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	115	200	128	603	710
Пирожки печеные с печенью	105	303	125	368	3012	3590
Компот из свежемороженых ягод	150	65	200	84	671	818
Хлеб ржаной	21	46	25	53	112	142
Стоимость обеда:		549		701	5512	6656
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Огурец соленый порционно	28	5	47	8	193	36
Плов из птицы	150	218	180	272	2190	2412
Хлеб пшеничный	18	45	25	62	721	757
Чай с сахаром	150	30	200	37	098	716
Печенье/вафля	20	81	40	161	756	756
Стоимость уплотненного полдника:		349		540	3958	3767
Калорийность дня:		1411		1564		
Стоимость дня:					12691	14654

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

МЕНЮ на 08 сентября 2024 год

Наименование	Выход порции			Стоимость		
	Ясли	калори ность , ккал	Сад	калори ность , ккал	Ясли	Сад
Завтрак:						
Каша рисовая молочная	150	267	200	260	13 ¹³	15 ⁴²
Какао с молоком	150	112	185	125	729	837
Бутерброд с сыром	35	105	45	140	800	1031
Стоимость завтрака:		484		521	2842	3405
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Огурец свежий (порционно)	22	4	27	5	484	598
Свекольник на мясном бульоне со сметаной	153	135	210	169	837	1014
Капуста тушеная с мясом	60	169	145	225	4039	4472
Напиток из плодов шиповника	150	32	200	40	424	631
Хлеб пшеничный	20	47	27	65	129	177
Хлеб ржаной	23	57	30	65	129	160
Стоимость обеда:		438		567	6062	7052
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Салат из моркови яблок	50	33	75	41	579	787
Ватрушка с творогом	115	325	135	415	1925	2239
Чай с сахаром	150	30	180	33	087	104
Печенье	20	87	40	167	580	580
Стоимость уплотненного полдника:		469		650	3181	3798
Калорийность дня:		1418		1815		
Стоимость дня:					13985	16078

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

МЕНЮ на 25 марта 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калорийность, ккал	Сал	калорийность, ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша манная на сгущенном молоке	150	158	200	227	10 ²⁶	11 ²⁸
Чай с сахаром	130	30	200	39	700	145
Бутерброд с маслом	36	111	35	135	422	626
Стоимость завтрака:		299		401	16 ²⁸	20 ¹⁹
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	87	200	87	1900	1900
Стоимость второго завтрака:		87		87	1900	1900
Обед:						
Салат из горошка зеленого консервированного	25	30	45	44	564	421
Щи с рыбными консервами	150	88	200	114	1321	1577
Котлеты "Сочный" п/ф) в томатном соусе	50/26	149	50/30	164	2100	2100
Макаронные изделия отварные с маслом	80	118	110	167	385	430
Компот из яблок	150	45	200	60	435	678
Хлеб пшеничный	20	48	27	66	132	181
Хлеб ржаной	24	52	30	65	132	165
Стоимость обеда:		530		680	5869	5956
Увлекательный полдник с включением блюд ужина:						
Салат из моркови и яблок	55	55	65	36	520	410
Лакомка из творога	105	559	110	394	2852	3163
Яйца вареные	19	36	20	37	1450	1450
Кисломолочный напиток	30	60	36	60	630	630
Чай с сахаром	150	30	200	39	0 ²⁶	712
Стоимость увлекательного полдника:		520		560	5544	6086
Калорийность дня:		1456		1734		
Стоимость дня:					14411	13900

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

МЕНЮ на «26» марта 2024 год

Наименование	Выход порций			Стоимость		
	Ясли	калорийность, ккал	Сал	калорийность, ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша пшеничная вязкая на молоке	150	233	180	269	1022	1278
Кофейный напиток с молоком	150	110	180	126	722	833
Бутерброд с сыром	40	106	46	125	721	978
Стоимость завтрака:		448		520	2520	3089
Второй завтрак:						
Кисломолочный напиток	133	84	133	84	900	900
Стоимость второго завтрака:		84		84	900	900
Обед:						
Отурец свежий (порционно)	22	4	27	5	487	608
Суп гороховый на мясном бульоне	150	159	180	157	1000	1384
Жаркое по-домашнему	130	266	195	341	3250	4195
Компот из свежемороженых ягод	150	66	180	78	629	856
Хлеб пшеничный	20	48	30	73	745	181
Хлеб ржаной	22	48	30	65	724	766
Стоимость обеда:		591		719	6377	7390
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Биточки рыбные запеченные	50	120	65	149	2417	2644
Рис отварной	90	100	120	146	543	622
Соус томатный	25	30	30	32	233	318
Чай с лимоном	150	33	180	38	214	288
Хлеб пшеничный	23	56	27	66	745	781
Печенье/ вафли	20	81	20	81	500	500
Стоимость уплотненного полдника:		460		545	4652	4660
Калорийность дня:		1573	1868			
Стоимость дня:					13807	15978

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

МЕНЮ на 27 марта 2024 год

Наименование	Выход порции			калорийность, ккал	Стоимость	
	Ясли	калорийность, ккал	Сал		Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша ассорти молочная	150	172	200	233	1036	1298
Чай с молоком	150	77	200	109	800	1090
Бутерброд с повидлом	35	97	45	117	300	489
Стоимость завтрака:		340		459	2136	2877
Второй завтрак						
Фруктовый салат/Фрукт свежий/Сок фруктовый	75	50	100	67	1421	1645
Стоимость второго завтрака:		50		67	1421	1645
Обед:						
Салат из репчатого лука	40	45	50	45	286	466
Суп из овощей	150	55	200	73	621	760
Макаронник с печенью	170	267	210	345	2851	3264
Напиток из плодов шиповника	150	32	200	41	434	609
Хлеб пшеничный	19	45	25	61	123	171
Хлеб ржаной	22	49	30	65	124	154
Стоимость обеда:		493		628	4439	5364
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Винегрет овощной	70	61	80	64	544	612
Кулеш с мясом (из смеси круп)	140	195	175	245	2799	3066
Компот из свежемороженых ягод	150	64	200	25	657	845
Батон	25	64	29	76	233	277
Стоимость уплотненного полдника:		384		468	4183	4800
Калорийность дня:		1267		1622	12176	14687
Стоимость дня:						

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

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

МЕНЮ на «28» марта 2024 год

Наименование	Выход порции				Стоимость	
	Ясли	калорийность, ккал	Сал	калорийность, ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Суп молочный рисовый	130	175	185	204	10,49	12,95
Какао с молоком	155	108	185	124	7,25	8,33
Бутерброд с маслом	20	77	33	126	4,72	6,70
Стоимость завтрака:		360		454	22,46	27,68
Второй завтрак:						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	24	100	49	9,50	9,50
Стоимость второго завтрака:		24		49	9,50	9,50
Обед:						
Отури свежий (порционно)	22	4	27	5	4,78	5,97
Рассольник Ленинградский на мясном бульоне со сметаной	150	143	180	158	8,20	9,91
Суфле из отварного мяса	55	187	70	209	45,61	49,90
Гороховое пюре	110	140	130	152	2,91	3,00
Компот из свежемороженых ягод	150	64	180	76	6,48	8,42
Хлеб пшеничный	22	33	28	67	1,48	1,71
Хлеб ржаной	24	52	28	60	1,33	1,54
Стоимость обеда:		643		727	20,22	25,11
Уплотненный полдник с включением блюд ужина:						
Салат из картофеля с соевыми огурцами	55	58	65	64	3,28	4,92
Рыба запеченная в омлете	110	181	135	233	25,11	35,98
Хлеб пшеничный	23	33	27	63	1,50	1,74
Чай с сахаром	150	29	200	36	1,98	1,18
Стоимость уплотненного полдника:		323		400	20,87	38,84
Калорийность дня:		1350		1650		
Стоимость дня:					133,05	156,15

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

МЕНЮ на 29 марта 2024 год

Наименование	Выход порций				Стоимость	
	Ясли	калори ность , ккал	Сал	калори ность , ккал	Ясли	Сал
Завтрак:						
Каша ячневая молочная	150	184	180	207	1014	1202
Кофейный напиток с молоком	150	94	180	115	679	784
Бутерброд с сыром	35	110	40	108	634	886
Стоимость завтрака:		388		420	2344	2872
Второй завтрак:						
Фруктовый салат Фрукт свежий Сок фруктовый	92	52	100	59	1240	1470
Стоимость второго завтрака:		52		59	1240	1470
Обед:						
Икра свекольная	25	45	45	61	186	339
Щи на мясном бульоне со сметаной	150	148	200	168	935	1036
Пирожки печеные с мясом	100	325	120	436	3506	3737
Компот из яблок	150	40	200	44	234	358
Хлеб ржаной	22	47	26	57	140	150
Стоимость обеда:		605		766	4986	5889
Уплотненный полдник с включением блюда ужина:						
Отурец соевый порционно	29	5	48	9	156	351
Шницель из мяса кур	45	160	60	221	2062	2485
Пюре картофельное	100	130	140	201	507	626
Хлеб пшеничный	19	46	26	63	728	772
Чай с сахаром	150	29	200	36	098	111
Стоимость уплотненного полдника:		396		530	2918	3729
Калорийность дня:	1441		1785			
Стоимость дня:					14578	13696

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