

Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 год

МЕНЮ на « 2 » 05 \_\_\_\_\_ 2024 год

Наименование	Выход порций		Стоимость		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b> Макаронные изделия отварные маслом и сахаром Чай с сахаром Бутерброд с повидлом	120 150/10 20/10	140 200/10 25/10	4 <sup>94</sup> 170 3 <sup>82</sup>	586 170 455	159 48 79	194 48 108
<b>Стоимость завтрака:</b>			10 <sup>49</sup>	12 <sup>11</sup>	286	360
<b>Второй завтрак:</b> Кисломолочный напиток Вафли/Печенье	120 18	140 18	8 <sup>00</sup> 5 <sup>00</sup>	858 5 <sup>00</sup>	72 65	86 65
<b>Стоимость второго завтрака:</b>			13 <sup>00</sup>	14 <sup>58</sup>	137	151
<b>Обед:</b> Икра кабачковая консервированная Щи из свежей капусты с картофелем и рыбными консервами Биточки с морковью Отварная гречка Соус томатный с овощами Компот из свежих плодов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	15 150 50 105 20 150 23 25	20 200 50 115 30 200 28 32	147 14 <sup>72</sup> 24 <sup>00</sup> 742 3 <sup>00</sup> 587 154 140	249 15 <sup>82</sup> 24 <sup>00</sup> 783 375 623 184 176	17 96 128 130 43 55 55 51	28 129 128 138 79 69 66 64
<b>Стоимость обеда:</b>			58 <sup>10</sup>	63 <sup>52</sup>	375	701
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b> Салат из моркови Ватрушка из дрожжевого теста с творогом Чай с сахаром	40 100 150/10	50 110 200/10	4 <sup>00</sup> 21 <sup>33</sup> 742	424 22 <sup>59</sup> 186	20 343 47	28 457 48
<b>Стоимость уплотненного полдника с включением блюд ужина:</b>			26 <sup>15</sup>	28 <sup>49</sup>	410	534
<b>Стоимость дня:</b>			109 <sup>10</sup>	118 <sup>70</sup>	1408	1736

Руководитель структурного подразделения «Детский сад №35»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани \_\_\_\_\_  
 Медсестра структурного подразделения «Детский сад №35»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани \_\_\_\_\_

Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 год

МЕНЮ на « 3 » 05 \_\_\_\_\_ 2024 год

Наименование	Выход порций		Стоимость		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Суп гречневый молочный	150	200	14 <sup>39</sup>	15 <sup>44</sup>	211	225
Кофейный напиток с молоком	180	200	78 <sup>1</sup>	7 <sup>39</sup>	105	115
Бутерброд с сыром	20/10	25/15	6 <sup>13</sup>	8 <sup>35</sup>	85	105
<b>Стоимость завтрака:</b>			28 <sup>13</sup>	31 <sup>68</sup>	401	445
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	140	140	9 <sup>94</sup>	9 <sup>94</sup>	89	88
Печенье/Вафли	18	18	4 <sup>00</sup>	4 <sup>00</sup>	73	73
<b>Стоимость второго завтрака:</b>			13 <sup>94</sup>	13 <sup>94</sup>	162	162
<b>Обед:</b>						
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	60	12 <sup>10</sup>	12 <sup>10</sup>	19	19
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	200	13 <sup>25</sup>	14 <sup>97</sup>	162	189
Котлеты или биточки рыбные запеченные	45	60	14 <sup>40</sup>	16 <sup>02</sup>	73	88
Рис отварной	110	115	6 <sup>40</sup>	7 <sup>11</sup>	145	154
Соус томатный с овощами	20	45	3 <sup>10</sup>	3 <sup>69</sup>	58	77
Компот из сушеных фруктов	150	200	2 <sup>48</sup>	2 <sup>68</sup>	44	44
Хлеб пшеничный	22	27	14 <sup>8</sup>	18 <sup>1</sup>	53	65
Хлеб ржаной	25	31	14 <sup>0</sup>	17 <sup>4</sup>	51	64
<b>Стоимость обеда:</b>			54 <sup>81</sup>	60 <sup>12</sup>	605	692
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Винегрет овощной	90	110	6 <sup>98</sup>	7 <sup>24</sup>	104	97
Ватрушка из дрожжевого теста с повидлом	125	140/10	17 <sup>55</sup>	18 <sup>39</sup>	328	385
Чай с сахаром	150/10	200/10	13 <sup>7</sup>	16 <sup>2</sup>	45	47
Фрукт свежий	165	165	17 <sup>00</sup>	17 <sup>00</sup>	78	78
<b>Стоимость уплотненного полдника с включением блюд ужина:</b>			42 <sup>31</sup>	44 <sup>25</sup>	555	607
<b>Стоимость дня:</b>			138 <sup>99</sup>	149 <sup>93</sup>	1723	1906

Руководитель структурного подразделения «Детский сад №35»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани \_\_\_\_\_  
 Медсестра структурного подразделения «Детский сад №35»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани \_\_\_\_\_



Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 год

МЕНЮ на «07» 05 2024 год

Наименование	Выход порций		Стоимость		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша овсяная вязкая молочная	150	200	11 <sup>86</sup>	12 <sup>13</sup>	197	203
Кофейный напиток с молоком	180	200	7 <sup>44</sup>	7 <sup>85</sup>	106	103
Бутерброд с маслом	25/10	25/15	8 <sup>00</sup>	10 <sup>18</sup>	142	176
<b>Стоимость завтрака:</b>			26 <sup>50</sup>	30 <sup>16</sup>	445	482
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	115	120	7 <sup>21</sup>	7 <sup>88</sup>	70	75
<b>Стоимость второго завтрака:</b>					70	75
<b>Обед:</b>						
Салат из свеклы	40	40	2 <sup>68</sup>	2 <sup>68</sup>	40	40
Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	150	200	19 <sup>36</sup>	8 <sup>09</sup>	129	173
Картофель тушеный с курицей	140	165	25 <sup>36</sup>	27 <sup>78</sup>	187	245
Компот из сушеных фруктов	150	200	25 <sup>7</sup>	27 <sup>11</sup>	39	39
Хлеб пшеничный	25	29	1 <sup>68</sup>	1 <sup>94</sup>	60	70
Хлеб ржаной	28	33	1 <sup>77</sup>	1 <sup>86</sup>	54	68
<b>Стоимость обеда:</b>			41 <sup>68</sup>	45 <sup>91</sup>	504	635
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Огурец свежий	15	20	3 <sup>20</sup>	4 <sup>87</sup>	2	3
Печень по-строгановски	50/20	60/30	20 <sup>50</sup>	21 <sup>35</sup>	89	150
Рис отварной	110	120	6 <sup>09</sup>	6 <sup>78</sup>	144	155
Батон	20	23	1 <sup>00</sup>	1 <sup>23</sup>	52	62
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	200	19 <sup>00</sup>	19 <sup>00</sup>	83	86
<b>Стоимость уплотненного полдника с включением блюд ужина:</b>			60 <sup>69</sup>	64 <sup>23</sup>	370	456
<b>Стоимость дня:</b>			126 <sup>08</sup>	138 <sup>18</sup>	1389	1648

Руководитель структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

Медсестра структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 год

МЕНЮ на «14» 05 \_\_\_\_\_ 2024 год

Наименование	Выход порций		Стоимость		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша рисовая вязкая молочная	150	200	11 <sup>84</sup>	12 <sup>56</sup>	179	196
Кофейный напиток с молоком	180	200	7 <sup>74</sup>	8 <sup>73</sup>	106	97
Бутерброд с маслом	25/10	25/16	8 <sup>15</sup>	10 <sup>00</sup>	140	180
<b>Стоимость завтрака:</b>			27 <sup>73</sup>	10 <sup>00</sup>	425	453
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	105	115	7 <sup>77</sup>	7 <sup>78</sup>	66	71
<b>Стоимость второго завтрака:</b>			7 <sup>77</sup>	7 <sup>78</sup>	66	71
<b>Обед:</b>						
Салат из горошка зеленого консервированного	15	20	3 <sup>27</sup>	3 <sup>02</sup>	20	33
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	200	2 <sup>00</sup>	2 <sup>34</sup>	112	151
Капуста тушенная с курицей	123	150	23 <sup>49</sup>	25 <sup>41</sup>	142	176
Компот из сушеных фруктов	150	200	13 <sup>6</sup>	23 <sup>7</sup>	38	39
Хлеб пшеничный	22	26	7 <sup>42</sup>	7 <sup>70</sup>	59	62
Хлеб ржаной	23	29	7 <sup>29</sup>	1 <sup>61</sup>	42	59
<b>Стоимость обеда:</b>			33 <sup>53</sup>	47 <sup>58</sup>	412	520
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Огурец свежий	15	20	2 <sup>81</sup>	3 <sup>77</sup>	2	2
Суфле из печени	35/50	40/50	24 <sup>26</sup>	25 <sup>69</sup>	145	155
Пюре картофельное	115	140	10 <sup>67</sup>	11 <sup>8</sup>	133	145
Батон	17	20	1 <sup>00</sup>	1 <sup>00</sup>	44	53
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	200	15 <sup>00</sup>	15 <sup>00</sup>	83	86
<b>Стоимость уплотненного полдника с включением блюд ужина:</b>			58 <sup>14</sup>	61 <sup>09</sup>	407	371
<b>Стоимость дня:</b>			132 <sup>67</sup>	144 <sup>64</sup>	1310	1415

Руководитель структурного подразделения «Детский сад №35»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани \_\_\_\_\_

Медсестра структурного подразделения «Детский сад №35»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани \_\_\_\_\_

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани \_\_\_\_\_



  
 Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани  
 « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 год

МЕНЮ на «15» 05 \_\_\_\_\_ 2024 год

Наименование	Выход порций		Стоимость		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша ячневая жидкая молочная	150	200	10 <sup>31</sup>	11 <sup>48</sup>	101	187
Какао с молоком	110	200	6 <sup>88</sup>	7 <sup>18</sup>	107	98
Бутерброд с сыром	25/10	20/15	3 <sup>11</sup>	4 <sup>26</sup>	109	92
<b>Стоимость завтрака:</b>			20 <sup>00</sup>	22 <sup>7</sup>	309	387
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	105	125	8 <sup>96</sup>	9 <sup>57</sup>	65	78
<b>Стоимость второго завтрака:</b>						
<b>Обед:</b>						
Салат из солёных огурцов с луком	40	50	2 <sup>27</sup>	3 <sup>10</sup>	34	53
Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	150	200	8 <sup>96</sup>	8 <sup>63</sup>	139	177
Запеканка из макарон с мясом	110	135	19 <sup>30</sup>	20 <sup>94</sup>	211	250
Компот из сушеных фруктов	150	200	10 <sup>56</sup>	11 <sup>81</sup>	39	39
Хлеб пшеничный	22	27	1 <sup>22</sup>	1 <sup>32</sup>	53	63
Хлеб ржаной	24	30	1 <sup>58</sup>	1 <sup>59</sup>	49	62
<b>Стоимость обеда:</b>			49 <sup>34</sup>	57 <sup>26</sup>	525	684
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Салат из кукурузы консервированной	15	20	1 <sup>50</sup>	1 <sup>50</sup>	23	37
Рыба, запеченная в омлете	10	90	4 <sup>00</sup>	4 <sup>00</sup>	113	153
Батон	19	23	2 <sup>160</sup>	2 <sup>34</sup>	50	61
Чай с сахаром и лимоном	150/10	200/10	10 <sup>00</sup>	10 <sup>22</sup>	42	42
Фрукт свежий	201	201	19 <sup>00</sup>	19 <sup>00</sup>	05	95
<b>Стоимость уплотненного полдника с включением блюд ужина:</b>			59 <sup>10</sup>	60 <sup>64</sup>	323	388
<b>Стоимость дня:</b>			137 <sup>40</sup>	144 <sup>34</sup>	1312	1537

Руководитель структурного подразделения «Детский сад №35»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани  
 Медсестра структурного подразделения «Детский сад №35»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

Утверждено  
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

2024 год

МЕНЮ на «16» 05 2024 год

Наименование	Выход порций		Стоимость		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша геркулесовая вязкая молочная	150	200	1077	1134	199	206
Кофейный напиток с молоком	880	200	740	778	106	103
Бутерброд с повидлом	25/10	20/20	364	7472	92	95
<b>Стоимость завтрака:</b>			827	2420	397	404
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	120	130	827	888	74	80
<b>Стоимость второго завтрака:</b>						
<b>Обед:</b>						
Салат из свёклы	35	35	209	229	36	37
Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	150	200	887	984	120	151
Котлеты, биточки, шницели	45	55	2162	2388	125	168
Пюре картофельное	115	140	1048	1115	130	143
Компот из свежих плодов	150	200	518	648	48	61
Хлеб пшеничный	22	26	743	171	57	62
Хлеб ржаной	23	29	130	163	48	60
<b>Стоимость обеда:</b>			5917	5676	558	682
<b>Уплотненный полдник с включенным блюдом ужина:</b>						
Яйца варёные	40	40	1450	1450	63	63
Салат из моркови	50	80	100	155	22	30
Запеканка из творога со сгущенным молоком	45/20	60/30	2129	2488	309	427
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	200	1900	1900	83	83
<b>Стоимость уплотненного полдника с включенным блюдом ужина:</b>			5879	6093	177	603
<b>Стоимость дня:</b>			1398	15274	1571	1769

Руководитель структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

Медсестра структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани





Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

2024 год

МЕНЮ на «20» сентября 2024 год

Наименование	Выход порций		Стоимость		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом и сахаром	120	140	140	144	156	200
Чай с сахаром	130/140	200/144	1131	1299	41	44
Бутерброд с повидлом	25/140	25/120	348	452	98	111
<b>Стоимость завтрака:</b>					200	355
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	117	144	750	900	70	86
Вафля/Печенье	19	19	500	500	66	66
<b>Стоимость второго завтрака:</b>					136	152
<b>Обед:</b>						
Икра кабачковая консервированная	15	25	169	263	18	29
Щи из свежей капусты с картофелем с рыбными консервами	150	200	1928	1506	82	101
Котлеты особые из говядины	50	50	28	2800	109	109
Макаронные изделия отварные с маслом	110	120	341	313	164	176
Компот из свежих плодов	150	200	527	575	56	62
Хлеб пшеничный	23	27	154	141	55	65
Хлеб ржаной	25	31	138	174	50	64
<b>Стоимость обеда:</b>			5457	5912	534	606
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Яйца вареные	40	40	1450	1450	63	63
Салат из моркови	35	40	296	331	19	25
«Гребешок» из дрожжевого теста с творогом	120	115	1795	1852	411	480
Чай с сахаром	150/110	200/110	127	144	43	44
<b>Стоимость уплотненного полдника с включением блюд ужина:</b>			3608	3777	536	612
<b>Стоимость дня:</b>			11034	12978	1496	1725

Руководитель структурного подразделения «Детский сад №35»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани Иванов  
 Медсестра структурного подразделения «Детский сад №35»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани Слободя



Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

«  » 2024 год

МЕНЮ на «21» 05 2024 год

Наименование	Выход порций		Стоимость		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша овсяная вязкая молочная	150	200	1041	1187	109	210
Кофейный напиток с молоком	180	200	713	735	106	109
Бутерброд с маслом	25/10	25/15	700	702	141	176
<b>Стоимость завтрака:</b>			2554	3014	446	495
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	129	139	87	87	79	85
<b>Стоимость второго завтрака:</b>					79	85
<b>Обед:</b>						
Салат из свеклы	40	40	188	290	38	37
Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	150	200	866	827	118	161
Картофель тушеный с курицей	125	150	2688	2797	179	231
Компот из сушеных фруктов	150	200	231	278	41	41
Хлеб пшеничный	19	22	223	244	44	52
Хлеб ржаной	25	31	138	174	50	64
<b>Стоимость обеда:</b>			4254	4610	470	586
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Огурец свежий	15	25	348	514	2	3
Печень по-строгановски	50/20	60/30	2440	2640	91	149
Рис отварной	110	120	572	671	148	157
Батон	18	21	171	204	47	56
Сокн овощные, фруктовые и ягодные	200	207	1900	1900	83	86
<b>Стоимость уплотненного полдника с включением блюд ужина:</b>			5425	5925	371	459
<b>Стоимость дня:</b>			13064	14419	1366	1617

Руководитель структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

Медсестра структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

«    »    2024 год

МЕНЮ на «22» 05 2024 год

Наименование	Выход порций		Стоимость		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша «дружба» вязкая молочная	150	200	11 <sup>08</sup>	12 <sup>57</sup>	196	233
Какао с молоком	180	190	7 <sup>35</sup>	7 <sup>86</sup>	106	102
Бутерброд с сыром	25/10	10/15	7 <sup>88</sup>	9 <sup>31</sup>	103	91
<b>Стоимость завтрака:</b>			26 <sup>10</sup>	29 <sup>74</sup>	405	426
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	114	147	7 <sup>88</sup>	10 <sup>00</sup>	71	89
<b>Стоимость второго завтрака:</b>						
<b>Обед:</b>						
Салат из свежих огурцов	60	60	12 <sup>28</sup>	12 <sup>28</sup>	14	14
Свекольник на мясном бульоне со сметаной	135	185	16 <sup>75</sup>	11 <sup>69</sup>	141	166
Гуляш из отварного мяса	40/120	55/30	21 <sup>06</sup>	23 <sup>37</sup>	131	172
Отварная гречка	110	115	7 <sup>45</sup>	8 <sup>12</sup>	131	144
Компот из сушеных фруктов	150	200	2 <sup>30</sup>	2 <sup>65</sup>	34	34
Хлеб пшеничный	24	28	1 <sup>58</sup>	1 <sup>83</sup>	58	67
Хлеб ржаной	26	32	1 <sup>43</sup>	1 <sup>81</sup>	52	65
<b>Стоимость обеда:</b>			57 <sup>92</sup>	81 <sup>89</sup>	559	662
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Салат из горошка зеленого консервированного	18	19	3 <sup>85</sup>	4 <sup>53</sup>	23	35
Омлет натуральный	90	95	8 <sup>65</sup>	9 <sup>16</sup>	115	148
Батон	18/5/15	18/5/15	1 <sup>71</sup>	1 <sup>71</sup>	60	60
Чай с сахаром	19	22	1 <sup>78</sup>	2 <sup>14</sup>	48	58
Фрукт свежий	172	172	1 <sup>7</sup>	1 <sup>7</sup>	82	81
<b>Стоимость уплотненного полдника с включением блюд ужина:</b>			33 <sup>09</sup>	35 <sup>44</sup>	329	382
<b>Стоимость дня:</b>			125 <sup>8</sup>	135 <sup>59</sup>	1364	1559

Руководитель структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

Медсестра структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани



Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 год

МЕНЮ на « 13 » 05 \_\_\_\_\_ 2024 год

Наименование	Выход порций		Стоимость		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша манная жидкая молочная	150	200	330	107	177	220
Кофейный напиток с молоком	180	200	228	279	105	125
Бутерброд с повидлом	25/10	20/20	329	468	92	84
<b>Стоимость завтрака:</b>			2091	2424	374	439
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	132	142	846	908	81	86
<b>Стоимость второго завтрака:</b>					81	86
<b>Обед:</b>						
Салат из кукурузы консервированной	19	22	567	567	27	37
Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметаной	150	200	243	324	141	168
Птица, тушенная в соусе с овощами	25/20	50/30	2558	2739	136	174
Рис отварной	110	120	692	729	139	159
Компот из сушеных фруктов	150	200	252	271	43	43
Хлеб пшеничный	24	28	157	189	55	68
Хлеб ржаной	26	32	143	180	52	66
<b>Стоимость обеда:</b>			5210	5599	593	710
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Винегрет овощной	75	85	614	749	83	80
Пирожки печеные из дрожжевого теста с мясом	125	140	2288	2610	466	460
Чай с сахаром и лимоном	150/113	200/113	243	240	47	46
Фрукт свежий	240	240	2470	2470	113	113
<b>Стоимость уплотненного полдника с включением блюд ужина:</b>			5725	6070	709	699
<b>Стоимость дня:</b>			13874	15074	1757	1934

Руководитель структурного подразделения «Детский сад №35»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани М.И. Мельникова  
 Младший структурного подразделения «Детский сад №35»  
 ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани С.И. Мельникова

Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

«    »    2024 год

МЕНЮ на « 24 » 05    2024 год

Наименование	Выход порций		Стоимость		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша пшениная жидкая молочная	150	200	1081	147	138	248
Какао с молоком	180	215	898	724	107	127
Бутерброд с сыром	25/10	20/15	483	690	103	93
<b>Стоимость завтрака:</b>			2262	2581	409	468
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	148	158	400	460	90	97
Вафли/Печенье	18	18	280	200	71	74
<b>Стоимость второго завтрака:</b>			1280	1263	161	171
<b>Обед:</b>						
Салат из свёклы	40	60	280	280	41	62
Суп картофельный с бобовыми (горох) на мясном бульоне	150	200	862	1086	155	184
Котлеты, биточки, шницели	45	65	2163	2560	151	189
Пюре картофельное	140	170	1035	1471	165	177
Компот из сушеных фруктов	150	200	256	277	48	48
Хлеб пшеничный	22	28	140	168	52	61
Хлеб ржаной	24	28	128	159	48	60
<b>Стоимость обеда:</b>			4958	658	658	789
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Салат из горошка зеленого консервированного	16	20	180	208	27	41
Рыба, запеченная в омлете	90	105	427	487	133	172
Батон	19	22	160	187	48	58
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	203	19	190	83	85
<b>Стоимость уплотненного полдника с включением блюд ужина:</b>			437	465	282	356
<b>Стоимость дня:</b>			1278	1419	1520	1784

Руководитель структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

Медсестра структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани



Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

« 27 » 05 2024 год

МЕНЮ на « 27 » 05 2024 год

Наименование	Выход порций		Стоимость		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Макаронные изделия отварные маслом и сахаром	110	120	484	576	165	214
Чай с сахаром	100/11	100/10	140	148	41	44
Бутерброд с повидлом	30/10	25/10	364	448	93	130
<b>Стоимость завтрака:</b>					299	388
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	164	137	77	73	84	100
Вафли/Печенье	8	18	500	500	65	65
<b>Стоимость второго завтрака:</b>					149	165
<b>Обед:</b>						
Икра кабачковая консервированная	21	15	156	268	17	28
Щи из свежей капусты с картофелем и рыбными консервами	200	150	139.1	15.00	105	133
Биточки с морковью	50	50	82	82	128	128
Отварная гречка	120	110	138	826	138	152
Соус томатный с овощами	30	20	14	82	48	85
Компот из свежих плодов	200	150	222	597	54	67
Хлеб пшеничный	35	28	151	186	70	83
Хлеб ржаной	10	32	140	177	65	81
<b>Стоимость обеда:</b>			506	6146	626	757
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Салат из моркови	40	35	310	937	18	26
Ватрушка из дрожжевого теста с творогом	120	105	1794	1883	421	491
Чай с сахаром	200/10	150/11	130	150	43	44
<b>Стоимость уплотненного полдника с включением блюд ужина:</b>			234	2369	482	561
<b>Стоимость дня:</b>			1005	11060	1566	1871

Руководитель структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани *В.И.Иванов*

Медсестра структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани *А.В.Сидорова*

Утверждаю  
 Директор ГБОУ СОШ №10 г. Сызрани

« 05 » \_\_\_\_\_ 2024 / год

МЕНЮ на « 28 » \_\_\_\_\_ 2024 год

Наименование	Выход порций		Стоимость		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак:</b>						
Каша рисовая вязкая молочная	150	200	18 <sup>34</sup>	170	177	172
Кофейный напиток с молоком	180	200	748	759	106	91
Бутерброд с маслом	25/10	25/15	797	10 <sup>34</sup>	140	163
<b>Стоимость завтрака:</b>			25 <sup>48</sup>	28 <sup>88</sup>	423	426
<b>Второй завтрак:</b>						
Кисломолочный напиток	117	125	795	852	71	77
<b>Стоимость второго завтрака:</b>					71	77
<b>Обед:</b>						
Салат из горошка зеленого консервированного	18	18	4 <sup>00</sup>	4 <sup>26</sup>	24	25
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	200	752	828	125	161
Капуста тушеная с курицей	130	155	212	252	152	183
Компот из сушеных фруктов	150	200	252	275	39	39
Хлеб пшеничный	17	21	718	741	42	57
Хлеб ржаной	19	24	709	735	40	49
<b>Стоимость обеда:</b>			40 <sup>69</sup>	438 <sup>88</sup>	422	518
<b>Уплотненный полдник с включением блюд ужина:</b>						
Огурец свежий	12	18	270	407	2	3
Суфле из печени	40/150	40/150	2880	2516	152	106
Пюре картофельное	120	145	1017	1188	134	147
Батон	18	19	147	178	41	48
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	200	19 <sup>00</sup>	19 <sup>00</sup>	83	83
<b>Стоимость уплотненного полдника с включением блюд ужина:</b>			5714	6189	412	389
<b>Стоимость дня:</b>			13157	14477	1328	1470

Руководитель структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани

Медсестра структурного подразделения «Детский сад №35»

ГБОУ СОШ № 10 г. Сызрани