

Утверждаю:

Руководитель подразделения ДО №5  
МОБУ «СОШ «Янинский ЦО»

Сергеева Н.В.



## Меню на 06 декабря 2024 г. 3-7 лет

|                  | Пищевые вещества |              |               | Ккал.          | Наименование блюда                                 | Выход<br>блюда |
|------------------|------------------|--------------|---------------|----------------|--|----------------|
|                  | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                |  |                |
| <b>Завтрак 1</b> |                  |              |               |                |  |                |
|                  | 10,47            | 8,7          | 41,6          | 295            | Макароны запеченные с сыром                        | 180            |
|                  | 1,74             | 0,24         | 23,2          | 97,2           | Бутерброд с повидлом                               | 40             |
|                  | 2,85             | 2,41         | 14,36         | 90,5           | Кофейный напиток с молоком                         | 180            |
| Итого:           | 15,06            | 11,35        | 79,16         | 482,70         |  | 400            |
| <b>Завтрак 2</b> |                  |              |               |                |  |                |
|                  | 0,5              | 0,1          | 9,9           | 43             | Сок фруктовый                                      | 100            |
| Итого:           | 0,5              | 0,1          | 9,9           | 43             |  | 100            |
| <b>Обед:</b>     |                  |              |               |                |  |                |
|                  | 0,43             | 0,05         | 3,94          | 41,3           | Салат из моркови и яблок                           | 50             |
|                  | 1,62             | 4,26         | 6,4           | 80             | Суп овощной со сметаной                            | 205            |
|                  | 18,6             | 20,9         | 33,2          | 389            | Плов из филе птицы                                 | 180            |
|                  | 0,54             | 0,09         | 28,6          | 118            | Компот из сухофруктов                              | 180            |
|                  | 2,72             | 0,32         | 17            | 90             | Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами | 40             |
| Итого:           | 23,91            | 25,62        | 89,14         | 718,30         |  | 655            |
| <b>Полдник:</b>  |                  |              |               |                |  |                |
|                  | 10,4             | 12,2         | 7,7           | 182,5          | Тефтели  | 70             |
|                  | 2,7              | 4,7          | 17,7          | 122,7          | Пюре картофельное                                  | 130            |
|                  | 0,1              | 0            | 10            | 40             | Чай с сахаром                                      | 200            |
|                  | 1,98             | 0,23         | 12,08         | 59             | Батон нарезной из пшеничной муки в/с               | 25             |
| Итого:           | 15,18            | 17,13        | 47,48         | 404,20         |  | 425            |
| <b>Итого</b>     | <b>54,65</b>     | <b>54,20</b> | <b>225,68</b> | <b>1648,20</b> |  | <b>1580</b>    |

Приятного аппетита!

Повар  Е.Л. Морозова

Кладовщик  В.В. Кильби

Утверждаю:

Руководитель подразделения ДО №5  
МОБУ «СОШ «Янинский ЦО»

Сергеева Н.В.

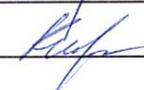


## Меню на 06 декабря 2024 г. 2-3 года

|                  | Пищевые вещества |              |               | Ккал.          | Наименование блюда                                 | Выход блюда |
|------------------|------------------|--------------|---------------|----------------|--|-------------|
|                  | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                |  |             |
| <b>Завтрак 1</b> |                  |              |               |                |  |             |
|                  | 8,73             | 7,25         | 34,7          | 246            | Макароны запеченные с сыром                        | 150         |
|                  | 1,74             | 0,24         | 23,2          | 97,2           | Бутерброд с повидлом                               | 40          |
|                  | 2,85             | 2,41         | 14,36         | 90,5           | Кофейный напиток с молоком                         | 180         |
| Итого:           | 13,32            | 9,9          | 72,26         | 433,70         |  | 370         |
| <b>Завтрак 2</b> |                  |              |               |                |  |             |
|                  | 0,5              | 0,1          | 9,9           | 43             | Сок фруктовый                                      | 100         |
| Итого:           | 0,5              | 0,1          | 9,9           | 43             |  | 100         |
| <b>Обед:</b>     |                  |              |               |                |  |             |
|                  | 0,43             | 0,05         | 3,94          | 41,3           | Салат из моркови и яблок                           | 50          |
|                  | 1,62             | 4,26         | 6,4           | 80             | Суп овощной со сметаной                            | 205         |
|                  | 18,6             | 20,9         | 33,2          | 389            | Плов из филе птицы                                 | 180         |
|                  | 0,54             | 0,09         | 28,6          | 118            | Компот из сухофруктов                              | 180         |
|                  | 2,72             | 0,32         | 17            | 90             | Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами | 40          |
| Итого:           | 23,91            | 25,62        | 89,14         | 718,30         |  | 655         |
| <b>Полдник:</b>  |                  |              |               |                |  |             |
|                  | 10,4             | 12,2         | 7,7           | 182,5          | Тефтели  | 70          |
|                  | 2,7              | 4,7          | 17,7          | 122,7          | Пюре картофельное                                  | 130         |
|                  | 0,1              | 0            | 10            | 40             | Чай с сахаром                                      | 200         |
|                  | 1,98             | 0,23         | 12,08         | 59             | Батон нарезной из пшеничной муки в/с               | 25          |
| Итого:           | 15,18            | 17,13        | 47,48         | 404,20         |  | 425         |
| <b>Итого</b>     | <b>52,91</b>     | <b>52,75</b> | <b>218,78</b> | <b>1599,20</b> |  | <b>1550</b> |

Приятного аппетита!

Повар  Е.Л. Морозова

Кладовщик  В.В. Кильби