Утверждаю:

Директор ГБОУ СОШ №1

._____Н.Н.Федорова



Федорова Н.Н.
C=RU, OU=директор,
O=ГБОУ СОШ №1,
CN=Федорова Н.Н.,
E=cu_sch1zhg@63edu.r
u
2026-11-09 05:43:53

Согласовано

Старший воспитатель СПДС «Волна»:

._____Е.В.Галкина

Председатель родительской общественности

_____Аксенова А.А.

Меню на 10.11.2026

СПДС «Волна» ГБОУ СОШ №1

Меню на 10.11.2026 Ясли/сад	**Выход на 1 реб.**		**Б**		**Ж**		**У**		**Ккал.**		№ технологической карты
	ясли	**Сад**	**ясли**	**сад**	**ясли**	**сад**	**ясли**	**сад**	**ясли**	**сад**	
Завтрак											
Омлет	100	100	11.68	11.68	19.87	19.87	1.55	1.55	172.9	172.9	10
Кукуруза консервированная	10	15	0.5	0.5	0	0	1.65	1.65	15	15	14
Батон с маслом	20/4	25/5	1.5	1.9	2.9	3.6	9.75	12.18	72	90	50
Чай сладкий	150	180	0.15	0.18	0	0	4.93	5.81	22.75	23.22	60
Всего за завтрак	**284**	**325**	**13.83**	**14.26**	**22.77**	**23.47**	**17.88**	**21.19**	**262.65**	**301.12**	
2 Завтрак											
Фрукт (Банан)	100	100	0.9	0.9	0.30	0.30	4.80	4.80	57.00	57.00	53
Всего за 2 завтрак	**100**	**100**	**0.9**	**0.9**	**0.30**	**0.30**	**4.80**	**4.80**	**57.00**	**57.00**	
Обед											
Салат из свеклы	35	40	0.408	0.61	1.98	2.04	2.48	3.58	24.94	35.11	43
Суп картофельный с рыбой	180	250	18.48	24.64	1.99	2.66	9.9	13.19	145.6	194.1	17/17а
Гречка отварная	110	150	3.05	4.58	3.34	5.01	13.68	20.52	97	145.50	30/а
Гуляш из говядины	80	80	4	4	11	11	14	14	173	173	27
Компот из с/ф	150	180	0.33	0,40	0.02	0.02	20.83	24.99	84.75	101.70	25
Хлеб пшеничный, ржаной	20/20	30/20	1,2/1,22	1,8/1,22	0,24/0,42	0,36/0,42	8,37/8,86	8,37/13,3	37,8/42,88	42,88/56,7	
Всего за обед	**595**	**750**	**28.688**	**37.25**	**18.99**	**21.51**	**78.12**	**97.95**	**605.97**	**748.99**	
Уплотненный полдник											
Каша молочная пшенная	150	200	5.07	6.76	7.8	10.4	19.4	25.87	168.7	224.9	3/3а
Кондитерское изделие (вафля)	18	20	0.504	0.560	0.594	0.66	13.914	15.46	64.02	71.13	44
Кофейный напиток с молоком	150	180	2.34	2.85	1.9	2.41	13.856	14.36	90.49	91	59
Всего за уплотненный полдник	**318**	**400**	**7.914**	**10.17**	**10.294**	**13.47**	**47.17**	**55.69**	**323.21**	**387.03**	
Всего за день	**1297**	**1575**	**51.332**	**62.58**	**53.054**	**58.75**	**147.97**	**179.63**	**1248.83**	**1494.14**	