



Утверждаю:
Директор ГБОУ СОШ №1
..... Н.Н.Федорова

Федорова Н.Н.
С=RU, OU=директор,
O=ГБОУ СОШ №1,
CN=Федорова Н.Н.,
E=cu_sch1zhg@63edu.ru
2026-10-02 06:35:06

Согласовано
Старший воспитатель СПДС «Чайка»
..... Е.В.Галкина
Председатель родительской общности
..... Аксенова А.А.

Меню на 19.10.2026

СПДС «Волна ГБОУ СОШ №1

Меню на 19.10.2026 Ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологическ ой карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Каша молочная «Дружба»	150	180	4.66	6.21	5.80	7.73	20.9	27.71	150.75	201	2
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	324	390	6.31	8.29	8.7	11.33	35.58	45.7	245.50	314.22	
2 Завтрак											
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 тушеных овощей	40	50	0.8	1.2	4.5	6.8	7.6	11.4	74.67	112	38
Суп картофельный с рыбой	150	250	18.48	24.64	1.99	2.66	9.9	13.19	145.6	194.1	17/17а
Макароны отварные	90	120	3.66	4.8	3.53	4.5	20.85	29	125.3	168.2	30
Котлета говяжья, соус томатный	65/30	75/30	12.42	14.1	11.19	12.71	12.59	14.31	201.15	214.67	26/28
Компот из с/ф	150	200	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	565	775	38.11	48.16	21.89	27.47	89	114/56	712.15	890.25	
Уплотненный полдник											
Омлет	100	100	11.68	11.68	19.87	19.87	1.55	1.55	172.9	172.9	10
Батон	20	25	1.3	1.7	0.58	0.64	10.29	11.20	52.4	64.1	50/а
Кондитерские изделия (вафля)	18	20	0.56	0.56	0.66	0.66	15.46	15.46	71.13	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 ПОЛДНИК	288	325	15.88	16.79	23.01	23.58	41.156	42.57	386.92	399.13	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1281	1590	61.2	74.14	53.9	62.68	170.536	207.63	1401.57	1660.6	