



Федорова Н.Н.
С=RU, OU=директор,
O=ГБОУ СОШ №1,
CN=Федорова Н.Н.,
E=cu_sch1zhg@63edu.ru
2026-10-02 07:00:20

Утверждаю:
Директор ГБОУСОШ №1
_____ Н.Н.Федорова

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

Меню на 21.10.2026

СПДС «Волна» ГБОУ СОШ №1

Меню на 21.10.2026 Ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Суп молочный гречневый	150	200	4.24	5.48	4.57	5.9	12.74	17.82	109.09	141.06	7
Батон с джемом	20/10	25/12	2.31	3.06	0.87	1.16	25.82	30.96	120.37	146.54	52
Чай сладкий	150	180	0.15	0.18	0	0	4.93	5.81	22.75	23.22	60
Всего за завтрак	330	417	6.7	8.72	5.44	7.06	43.49	54.59	252.21	310.82	
2 Завтрак											
Сок фруктовый	100	100	0.5	0.5	0.00	0.00	10.1	10.1	42.22	42.22	49
Всего за 2 завтрак	100	100	0.5	0.5	0.00	0.00	10.1	10.1	42.22	42.22	
Обед											
Салат из свежих помидор, огурцов	45	45	0.24	0.24	0.03	0.03	0.75	0.75	4.2	4.2	42
Рассольник на кур/б-не со сметаной	150	200	3.9	5.14	4.4	5.8	11.8	15.9	106.6	136.3	19
Биточек рыбный в сметанном томатном соусе	70/40	80/45	9.3	12.3	3.1	5.2	1.6	2.1	73.3	105.1	31/28
Картофельное пюре	110	130	2.3	2.7	4.8	5.7	12.0	14.2	101.2	119.6	29
Напиток из шиповника	150	180	0,23	0,31	0,1	0,1	18,28	24,37	72,57	96,76	56
Хлеб ржаной/пшеничный	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	605	730	18.39	23.71	13.09	17.61	61.41	78.99	437.15	561.54	
Уплотненный полдник											
Каша молочная пшенная	150	200	5.07	6.76	7.8	10.4	19.4	25.87	168.7	224.9	3/3/а
Кисель	150	180	0.24	0.32	0.11	0.014	14.59	19.45	60.80	80	58
ВСЕГО ЗА ПОЛДНИК	300	380	5.31	7.08	7.91	10.414	33.99	45.32	229.50	304.9	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1335	1632	30.9	40.01	26.44	35.084	148.99	189	961.08	1219.48	