Утверждаю:

Директор ГБОУСОШ №1
._____Н.Н.Федорова

Федорова Н.Н.
C=RU, OU=директор,
O=ГБОУ СОШ №1,
CN=Федорова Н.Н.,
E=cu_sch1zhg@63edu.ru
2026.08.31 09:23:
40+04'00'

Согласовано

Старший воспитатель СПДС «Чайка»
._____Е.В.Галкина

Председатель родительской общественности

_____Аксенова А.А

Меню на 23.09.2026

СПДС «Волна» ГБОУ СОШ №1

Меню на 23.09..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**	