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
2026-11-09 05:38:20

Согласовано

Старший воспитатель СПДС «Волна»

._____Е.В.Галкина

Председатель родительской общественности

_____Аксенова А.А.

Меню на 3.11.2026

Меню на 3.11.2026 Ясли/сад	Выход на 1 реб.		Б		Ж		У		Ккал.		№ технологической карты
	ясли	Сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
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**	