

Утверждаю:  
 Руководитель СПДС «Буратино»  
 ГБОУ СОШ с.Узюково Елизарова Ю.А.

1.Понедельник «01» сентября 2025г

Категория довольствующихся: Ясли от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
55	Суп молочный с вермишелью	150	3,96	6,383	15,27	133,508	0,045	0,135	1,005	120,885	0,248
1	Бутерброд с маслом с сыром	20/4/8	2,985	5,872	14,215	125,689	0,028	0,03	0,045	74,665	0,32
154	Чай с лимоном	180	0,04	0,005	12,13	47	0,006	0,007	2	2,35	0,09
<b>Всего за Завтрак</b>			<b>6,985</b>	<b>12,26</b>	<b>41,615</b>	<b>306,197</b>	<b>0,079</b>	<b>0,172</b>	<b>3,05</b>	<b>197,9</b>	<b>0,658</b>
<b>Обед</b>											
23	Салат из свежей капусты и моркови	40	0,427	2,007	1,667	26,113	0,02	0,02	8,427	12,587	0,28
43	Борщ с сметаной м/б	180	3,942	6,426	10,125	112,95	0,072	0,063	16,965	26,46	1,152
88	Жаркое по домашнему с курицей	150	12,9	15	28,5	284,6	0,2	0,16	27,5	29,1	3
163	Компот из свежемороженой ягоды	150	0,198	0,054	16,249	62,318	0,009	0,009	4,75	12,096	0,197
147	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,3	11,325	53,25	0,038	0,015		5,175	0,45
148	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,2	0,4	11,133	58	0,06	0,027		11,667	1,3
<b>Всего за Обед</b>			<b>21,467</b>	<b>24,187</b>	<b>78,999</b>	<b>597,231</b>	<b>0,399</b>	<b>0,294</b>	<b>57,642</b>	<b>97,085</b>	<b>6,379</b>
<b>Полдник</b>											
39	Печенье	20	1,8	2,9	18,7	104,2				5	0,2
399	Сок	180	0,09		18,18	76	0,02	0,02	3,6	12,6	2,52
<b>Всего за Полдник</b>			<b>1,89</b>	<b>2,9</b>	<b>36,88</b>	<b>180,2</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>3,6</b>	<b>17,6</b>	<b>2,72</b>
<b>Ужин</b>											
110	Омлет с зеленым горошком	160/30	7,6	10,01	5,97	130,45	0,04	0,03	0,039	63,98	0,96
147	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,3	11,325	53,25	0,038	0,015		5,175	0,45
152	Чай с сахаром	180	0,36	0,009	0,07	2,5	0,002	0,02	0,18	17,66	1,48
<b>Всего за Ужин</b>			<b>9,76</b>	<b>10,319</b>	<b>17,365</b>	<b>186,2</b>	<b>0,08</b>	<b>0,065</b>	<b>0,219</b>	<b>86,815</b>	<b>2,89</b>
<b>Всего за день</b>			<b>40,102</b>	<b>49,666</b>	<b>174,859</b>	<b>1 269,828</b>	<b>0,578</b>	<b>0,551</b>	<b>64,511</b>	<b>399,4</b>	<b>12,647</b>

Категория довольствующихся: Сад от 3-х до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
55	Суп молочный с вермишелью	200	5,28	8,51	20,36	178,01	0,06	0,18	1,34	161,18	0,33

1	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	3,222	6,325	15,46	127,791	0,036	0,038	0,066	76,7	0,45
154	Чай с лимоном	200	0,04	0,004	10,111	38,888	0,004	0,005	1,6	1,87	0,08
	<b>Всего за Завтрак</b>		<b>8,542</b>	<b>14,839</b>	<b>45,931</b>	<b>344,689</b>	<b>0,1</b>	<b>0,223</b>	<b>3,006</b>	<b>239,75</b>	<b>0,86</b>
	<b>Обед</b>										
23	Салат из свежей капусты и моркови	60	0,94	4,01	3,6	53,58	0,03	0,03	18,86	27,3	0,6
43	Борщ с сметаной м/б	200	4,38	7,14	11,25	125,5	0,08	0,07	18,85	29,4	1,28
88	Жаркое по домашнему с курицей	180	14,8	18,5	31,3	332,6	0,23	0,18	29,5	34,6	3,4
163	Компот из свежемороженой ягоды	180	0,237	0,065	19,499	74,782	0,011	0,011	5,7	14,515	0,236
147	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,4	15,1	71	0,05	0,02		6,9	0,6
148	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,4	0,7	20,1	95	0,01	0,01		19	2
	<b>Всего за Обед</b>	<b>1</b>	<b>26,157</b>	<b>30,815</b>	<b>100,849</b>	<b>752,462</b>	<b>0,411</b>	<b>0,321</b>	<b>72,91</b>	<b>131,715</b>	<b>8,116</b>
	<b>Полдник</b>										
39	Печенье	50	1,8	2,9	46,7	260,5				5	0,2
399	Сок	200	0,09		20,2	84,4	0,02	0,02	3,6	12,6	2,52
	<b>Всего за Полдник</b>		<b>1,89</b>	<b>2,9</b>	<b>66,9</b>	<b>344,9</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>3,6</b>	<b>17,6</b>	<b>2,72</b>
	<b>Ужин</b>										
110	Омлет с зеленым горошком	170/30	7,6	10,01	5,97	130,45	0,04	0,03	0,039	63,98	0,96
147	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,4	15,1	71	0,05	0,02		6,9	0,6
152	Чай с сахаром	200	0,36	0,009	0,08	2,8	0,002	0,02	0,18	17,66	1,48
	<b>Всего за Ужин</b>		<b>10,36</b>	<b>10,419</b>	<b>21,15</b>	<b>204,25</b>	<b>0,092</b>	<b>0,07</b>	<b>0,219</b>	<b>88,54</b>	<b>3,04</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>2</b>	<b>46,949</b>	<b>58,973</b>	<b>234,83</b>	<b>1 646,301</b>	<b>0,623</b>	<b>0,634</b>	<b>79,735</b>	<b>477,605</b>	<b>14,736</b>

Утверждаю:  
 Руководитель СПДС «Буратино»  
 ГБОУ СОШ с.Узюково Елизарова Ю.А.

1.Вторник «02» сентября 2025г

Категория довольствующихся: Ясли от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
92	Каша рисовая молочная	150	4,374	6,36	16,673	137,895	0,038	0,135	1,005	121,92	0,345
2	Бутерброд с маслом	20/4	2,658	5,898	16,342	148,342	0,022	0,024	0,046	65,534	0,258
151	Кофейный напиток на молоке	180	5,71	6,4	22,88	169,16	0,06	0,026	2	242,26	0,24
<b>Всего за Завтрак</b>			<b>12,742</b>	<b>18,658</b>	<b>55,895</b>	<b>455,397</b>	<b>0,12</b>	<b>0,185</b>	<b>3,051</b>	<b>429,714</b>	<b>0,843</b>
<b>Обед</b>											
36	Салат из свеклы с соленым огурцом	40	0,662	4,036	3,316	54,222	0,009	0,044	3,556	16,08	0,053
40	Суп крестьянский куриный с пшеном и сметаной м/б	180	4,077	6,498	10,818	117,54	0,09	0,063	15,75	23,985	1,035
67	Рыбное суфле	50	7,943	2,207	0,8	55,136	0,05	0,114	0,121	31,114	0,536
314	Каша перловая рассыпчатая	120	2,344	2,256	16,696	97,6	0,024	0,016	0,032	18,472	0,536
179	Соус томатный	30	0,293	1,619	2,311	24,414	0,008	0,008	1,017	3,15	0,1
250	Компот из сухих фруктов	150	0,267	0,055	14,833	57,033	0,002	0,003	0,167	9,433	1,275
147	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,3	11,325	53,25	0,038	0,015		5,175	0,45
148	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,2	0,4	11,133	58	0,06	0,027		11,667	1,3
<b>Всего за Обед</b>			<b>19,586</b>	<b>17,371</b>	<b>71,232</b>	<b>517,195</b>	<b>0,281</b>	<b>0,29</b>	<b>20,643</b>	<b>119,076</b>	<b>5,285</b>
<b>Полдник</b>											
39	Печенье	20	1,8	2,9	18,7	104,2				5	0,2
405	Кисломолочный продукт Йогурт	180	6	4,8	6,3	100,5	0,03	0,19	0,5	186	0,15
<b>Всего за Полдник</b>			<b>7,8</b>	<b>7,7</b>	<b>25</b>	<b>204,7</b>	<b>0,03</b>	<b>0,19</b>	<b>0,5</b>	<b>191</b>	<b>0,35</b>
<b>Ужин</b>											
130	Запеканка из творога со сгущенным молоком	130/15	16,027	11,084	17,528	229,59	0,07	0,409	0,785	194,471	0,846
158	Напиток из шиповника	180	0,41	0,04	15,58	61,82	0,01	0,02	0,48	20,18	1,5
148	Яблоко	80	1,903	0,64	24	119,377			12,632	10,105	0,758
<b>Всего за Ужин</b>			<b>18,34</b>	<b>11,764</b>	<b>57,108</b>	<b>410,787</b>	<b>0,08</b>	<b>0,429</b>	<b>13,897</b>	<b>224,756</b>	<b>3,104</b>
<b>Всего за день</b>			<b>58,468</b>	<b>55,493</b>	<b>209,235</b>	<b>1 588,079</b>	<b>0,511</b>	<b>1,094</b>	<b>38,091</b>	<b>964,546</b>	<b>9,582</b>

Категория довольствующихся: Сад от 3-х до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
92	Каша рисовая молочная	200	4,86	8,48	22,23	183,86	0,05	0,18	1,34	162,56	0,46

2	Бутерброд с маслом	30/5	2,882	5,617	14,123	124,315	0,025	0,028	0,052	56,7	0,25
151	Кофейный напиток на молоке	180	5,71	6,4	22,88	169,16	0,06	0,026	2	242,26	0,24
	<b>Всего за Завтрак</b>		<b>13,452</b>	<b>20,497</b>	<b>59,233</b>	<b>477,335</b>	<b>0,135</b>	<b>0,234</b>	<b>3,392</b>	<b>461,52</b>	<b>0,95</b>
	<b>Обед</b>										
36	Салат из свеклы с соленым огурцом	60	0,745	4,54	3,73	61	0,01	0,05	4	18,09	0,06
40	Суп крестьянский куриный с пшеном с сметаной м/б	200	4,53	7,22	12,02	130,6	0,1	0,07	17,5	26,65	1,15
67	Рыбное суфле	70	11,12	3,09	1,12	77,19	0,07	0,16	0,17	43,56	0,75
314	Каша перловая рассыпчатая	150	2,93	2,82	20,87	122	0,03	0,02	0,04	23,09	0,67
179	Соус томатный	40	0,391	2,159	3,081	32,552	0,01	0,01	1,356	4,2	0,133
250	Компот из сухих фруктов	180	0,32	0,066	17,8	68,44	0,002	0,004	0,2	11,32	1,53
147	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,4	15,1	71	0,05	0,02		6,9	0,6
148	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,4	0,7	20,1	95	0,01	0,01		19	2
	<b>Всего за Обед</b>	<b>1</b>	<b>25,836</b>	<b>20,995</b>	<b>93,821</b>	<b>657,782</b>	<b>0,282</b>	<b>0,344</b>	<b>23,266</b>	<b>152,81</b>	<b>6,893</b>
	<b>Полдник</b>										
39	Печенье	50	1,8	2,9	46,7	260,5				5	0,2
405	Кисломолочный продукт Йогурт	200	6	4,8	7	111,7	0,03	0,19	0,5	186	0,15
	<b>Всего за Полдник</b>		<b>7,8</b>	<b>7,7</b>	<b>53,7</b>	<b>372,2</b>	<b>0,03</b>	<b>0,19</b>	<b>0,5</b>	<b>191</b>	<b>0,35</b>
	<b>Ужин</b>										
130	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	18,79	12,995	20,55	269,175	0,082	0,48	0,92	228	0,992
158	Напиток из шиповника	200	0,41	0,04	17,3	68,7	0,01	0,02	0,48	20,18	1,5
148	Яблоко	100	2,26	0,76	28,5	141,76	0,03	0,03	15	12	0,9
	<b>Всего за Ужин</b>		<b>21,46</b>	<b>13,795</b>	<b>66,35</b>	<b>479,635</b>	<b>0,122</b>	<b>0,53</b>	<b>16,4</b>	<b>260,18</b>	<b>3,392</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>2</b>	<b>68,548</b>	<b>62,987</b>	<b>273,104</b>	<b>1 986,952</b>	<b>0,569</b>	<b>1,298</b>	<b>43,558</b>	<b>1 065,51</b>	<b>11,585</b>

Утверждаю:  
 Руководитель СПДС «Буратино»  
 ГБОУ СОШ с.Узюково Елизарова Ю.А.

1.Среда «03» сентября 2025г

Категория довольствующихся: Ясли от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
91	Каша пшенная молочная	150	4,478	6,683	17,595	148,013	0,12	0,135	1,005	122,91	0,218
1	Бутерброд с маслом с сыром	20/4/8	2,985	5,872	14,215	125,689	0,028	0,03	0,045	74,665	0,32
150	Какао на молоке	180	4,32	4,86	15,2	118,61	0,2	0,252	1,5	181,75	0,23
	<b>Всего за Завтрак</b>		<b>11,783</b>	<b>17,415</b>	<b>47,01</b>	<b>392,312</b>	<b>0,348</b>	<b>0,417</b>	<b>2,55</b>	<b>379,325</b>	<b>0,768</b>
<b>Обед</b>											
70	Огурцы порционно	40	0,32	0,044	1,004	5,6	0,018	0,018	4	9,2	0,24
58	Щи куриные из свежей капусты со сметаной м/б	180	6,921	9,27	11,043	150,174	0,099	0,095	0,001	33,156	1,305
313	Каша гречневая рассыпчатая	120	5,064	4,52	24,88	163,92	0,27	0,08	0,032	28,88	3,208
70	Котлеты ( биточки) мясные	50	7,033	5,733	5,967	115,942	0,033	0,05	0,675	22,525	0,717
179	Соус томатный	30	0,293	1,619	2,311	24,414	0,008	0,008	1,017	3,15	0,1
157	Компот из кураги	150	0,479	0,024	15,106	63,574	0,008	0,017	0,354	16,846	0,346
147	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,3	11,325	53,25	0,038	0,015		5,175	0,45
148	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,2	0,4	11,133	58	0,06	0,027		11,667	1,3
	<b>Всего за Обед</b>	<b>1</b>	<b>24,11</b>	<b>21,91</b>	<b>82,769</b>	<b>634,874</b>	<b>0,534</b>	<b>0,31</b>	<b>6,079</b>	<b>130,599</b>	<b>7,666</b>
<b>Полдник</b>											
55	Вафля	20	4,8	1,5	26,3	18					
169	Кисель	180	0,31	0,134	23,789	91,779	0,012	0,016	78	17,315	0,553
	<b>Всего за Полдник</b>		<b>5,11</b>	<b>1,634</b>	<b>50,089</b>	<b>109,779</b>	<b>0,012</b>	<b>0,016</b>	<b>78</b>	<b>17,315</b>	<b>0,553</b>
<b>Ужин</b>											
332	Макаронные изделия с маслом	150	4,3	3,8	27,2	163,9	0,07	0,03	0,03	8,1	0,5
209	Яйцо отварное	60	5,1	4,6	0,45	94,5	0,06	0,5	0,12	50	1,19
147	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,3	11,325	53,25	0,038	0,015		5,175	0,45
154	Чай с лимоном	180	0,036	0,005	10,917	42,3	0,005	0,006	1,8	2,115	0,081
	<b>Всего за Ужин</b>		<b>11,236</b>	<b>8,705</b>	<b>49,892</b>	<b>353,95</b>	<b>0,173</b>	<b>0,551</b>	<b>1,95</b>	<b>65,39</b>	<b>2,221</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>2</b>	<b>52,239</b>	<b>49,664</b>	<b>229,76</b>	<b>1 490,915</b>	<b>1,067</b>	<b>1,294</b>	<b>88,579</b>	<b>592,629</b>	<b>11,208</b>

Категория довольствующихся: Сад от 3-х до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)
--------	--------------------------------	--------------	----------------------	--------------------------------	---------------	---------------------------

			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
	<b>Завтрак</b>										
91	Каша пшеничная молочная	200	5,97	8,91	23,46	197,35	0,16	0,18	1,34	163,88	0,29
1	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	3,222	6,325	15,46	127,791	0,036	0,038	0,066	76,7	0,45
150	Какао на молоке	180	4,32	4,86	15,2	118,61	0,2	0,252	1,5	181,75	0,23
	<b>Всего за Завтрак</b>		<b>13,512</b>	<b>20,095</b>	<b>54,12</b>	<b>443,751</b>	<b>0,396</b>	<b>0,47</b>	<b>2,906</b>	<b>422,33</b>	<b>0,97</b>
	<b>Обед</b>										
70	Огурцы порционно	60	0,48	0,06	1,5	8,4	0,02	0,02	6	13,8	0,36
58	Щи куриные из свежей капусты со сметаной м/б	200	7,69	10,3	12,27	166,86	0,11	0,105	28,65	36,84	1,45
313	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,33	5,65	31,1	204,9	0,27	0,1	0,04	36,1	4,01
70	Котлеты ( биточки) мясные	70	8,44	6,88	6,13	119,98	0,04	0,05	0,7	23,17	0,73
179	Соус томатный	40	0,391	2,159	3,081	32,552	0,01	0,01	1,356	4,2	0,133
157	Компот из кураги	180	0,575	0,029	18,127	76,289	0,01	0,02	0,425	20,215	0,415
147	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,4	15,1	71	0,05	0,02		6,9	0,6
148	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,4	0,7	20,1	95	0,01	0,01		19	2
	<b>Всего за Обед</b>	<b>1</b>	<b>29,706</b>	<b>26,178</b>	<b>107,408</b>	<b>774,981</b>	<b>0,52</b>	<b>0,335</b>	<b>37,171</b>	<b>160,225</b>	<b>9,698</b>
	<b>Полдник</b>										
55	Вафля	50	4,8	1,5	65,75	45					
169	Кисель	200	0,289	0,105	25,539	97,41	0,008	0,01	76	15,315	0,345
	<b>Всего за Полдник</b>		<b>5,089</b>	<b>1,605</b>	<b>91,289</b>	<b>142,41</b>	<b>0,008</b>	<b>0,01</b>	<b>76</b>	<b>15,315</b>	<b>0,345</b>
	<b>Ужин</b>										
332	Макаронные изделия с маслом	150	4,3	3,8	27,2	163,9	0,07	0,03	0,03	8,1	0,5
209	Яйцо отварное	60	5,1	4,6	0,45	94,5	0,06	0,5	0,12	50	1,19
147	Хлеб пшеничный	40	2,37	0,3	14,49	70,5	0,05	0,02		6,9	0,6
154	Чай с лимоном	200	0,04	0,004	10,111	38,888	0,004	0,005	1,6	1,87	0,08
	<b>Всего за Ужин</b>		<b>11,81</b>	<b>8,704</b>	<b>52,251</b>	<b>367,788</b>	<b>0,184</b>	<b>0,555</b>	<b>1,75</b>	<b>66,87</b>	<b>2,37</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>2</b>	<b>60,117</b>	<b>56,582</b>	<b>305,068</b>	<b>1 728,93</b>	<b>1,108</b>	<b>1,37</b>	<b>117,827</b>	<b>664,74</b>	<b>13,383</b>

Утверждаю:  
 Руководитель СПДС «Буратино»  
 ГБОУ СОШ с.Узюково Елизарова Ю.А.

1.Четверг «04» сентября 2025г

Категория довольствующихся: Ясли от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
311	Каша Овсяная " Геркулесовая" молочная	150	4,892	7,925	17,633	157,3	0,117	0,158	1,142	142,733	0,775
2	Бутерброд с маслом	20/4	2,658	5,898	16,342	148,342	0,022	0,024	0,046	65,534	0,258
154	Чай с лимоном	180	0,036	0,005	10,917	42,3	0,005	0,006	1,8	2,115	0,081
<b>Всего за Завтрак</b>			<b>7,586</b>	<b>13,828</b>	<b>44,892</b>	<b>347,942</b>	<b>0,144</b>	<b>0,188</b>	<b>2,988</b>	<b>210,382</b>	<b>1,114</b>
<b>Обед</b>											
70	Помидоры порционно	40	0,32	0,044	1,004	5,6	0,018	0,018	4	9,2	0,24
42	Суп с мучными клецками м/б	180	5,472	7,047	15,291	142,92	0,081	0,081	8,433	16,407	1,215
79	Овощное рагу с курицей	150	15,83	17,93	14,85	190,13	0,09	0,12	8,4	96,4	1,05
163	Компот из свежемороженой ягоды	150	0,198	0,054	16,249	62,318	0,009	0,009	4,75	12,096	0,197
147	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,3	11,325	53,25	0,038	0,015		5,175	0,45
148	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,2	0,4	11,133	58	0,06	0,027		11,667	1,3
<b>Всего за Обед</b>			<b>1</b>	<b>25,82</b>	<b>69,852</b>	<b>512,218</b>	<b>0,296</b>	<b>0,27</b>	<b>25,583</b>	<b>150,945</b>	<b>4,452</b>
<b>Полдник</b>											
34	Пряник	30	9,7	3,1	52,6	59					
151	Кофейный напиток на молоке	180	5,71	6,4	22,88	169,16	0,06	0,026	2	242,26	0,24
<b>Всего за Полдник</b>			<b>15,41</b>	<b>9,5</b>	<b>75,48</b>	<b>228,16</b>	<b>0,06</b>	<b>0,026</b>	<b>2</b>	<b>242,26</b>	<b>0,24</b>
<b>Ужин</b>											
189	Биточки манные с повидлом	130/15	4,124	1,654	32,625	207,051	0,082	0,163	0,734	100,249	1,169
158	Напиток из кураги	180	0,518	0,027	18,129	75,215	0,007	0,01	0,4	22,215	0,465
148	Яблоко	80	1,903	0,64	24	119,377			12,632	10,105	0,758
<b>Всего за Ужин</b>			<b>6,545</b>	<b>2,321</b>	<b>74,754</b>	<b>401,643</b>	<b>0,089</b>	<b>0,173</b>	<b>13,766</b>	<b>132,569</b>	<b>2,392</b>
<b>Всего за день</b>			<b>2</b>	<b>55,361</b>	<b>51,424</b>	<b>1 489,963</b>	<b>0,589</b>	<b>0,657</b>	<b>44,337</b>	<b>736,156</b>	<b>8,198</b>

Категория довольствующихся: Сад от 3-х до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества (г)	Энергетическая	Витамины (мг)	Минеральные вещества
--------	--------------------------------	-------	----------------------	----------------	---------------	----------------------

		порции				ценность (Ккал)				(мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
	<b>Завтрак</b>										
311	Каша Овсяная " Геркулесовая" молочная	200	5,87	9,51	21,16	188,76	0,14	0,19	1,37	171,28	0,93
2	Бутерброд с маслом	30/5	2,882	5,617	14,123	124,315	0,025	0,028	0,052	56,7	0,25
154	Чай с лимоном	180	0,04	0,004	9,1	35	0,004	0,005	1,6	1,87	0,08
	<b>Всего за Завтрак</b>		<b>8,792</b>	<b>15,131</b>	<b>44,383</b>	<b>348,075</b>	<b>0,169</b>	<b>0,223</b>	<b>3,022</b>	<b>229,85</b>	<b>1,26</b>
	<b>Обед</b>										
70	Помидоры порционно	60	0,48	0,06	1,5	8,4	0,02	0,02	6	13,8	0,36
42	Суп с мучными клецками м/б	200	6,08	7,83	16,99	158,8	0,09	0,09	9,37	18,23	1,35
79	Овощное рагу с курицей	180	15,83	17,93	14,85	190,13	0,09	0,12	8,4	96,4	1,05
163	Компот из свежемороженой ягоды	180	0,237	0,065	19,499	74,782	0,011	0,011	5,7	14,515	0,236
147	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,4	15,1	71	0,05	0,02		6,9	0,6
148	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,4	0,7	20,1	95	0,01	0,01		19	2
	<b>Всего за Обед</b>	<b>1</b>	<b>28,427</b>	<b>26,985</b>	<b>88,039</b>	<b>598,112</b>	<b>0,271</b>	<b>0,271</b>	<b>29,47</b>	<b>168,845</b>	<b>5,596</b>
	<b>Полдник</b>										
34	Пряник	50	9,7	3,1	131,5	147,5					
151	Кофейный напиток на молоке	200	5,71	6,4	25,422	187,955	0,06	0,026	2	242,26	0,24
	<b>Всего за Полдник</b>		<b>15,41</b>	<b>9,5</b>	<b>156,922</b>	<b>335,455</b>	<b>0,06</b>	<b>0,026</b>	<b>2</b>	<b>242,26</b>	<b>0,24</b>
	<b>Ужин</b>										
189	Биточки манные с повидлом	160/20	5,12	5,88	36	228,47	0,09	0,18	0,81	110,62	1,29
158	Напиток из кураги	200	0,518	0,027	20,143	83,572	0,007	0,01	0,4	22,215	0,465
148	Яблоко	100	2,26	0,76	28,5	141,76	0,03	0,03	15	12	0,9
	<b>Всего за Ужин</b>		<b>7,898</b>	<b>6,667</b>	<b>84,643</b>	<b>453,802</b>	<b>0,127</b>	<b>0,22</b>	<b>16,21</b>	<b>144,835</b>	<b>2,655</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>2</b>	<b>60,527</b>	<b>58,283</b>	<b>373,987</b>	<b>1 735,444</b>	<b>0,627</b>	<b>0,74</b>	<b>50,702</b>	<b>785,79</b>	<b>9,751</b>

Утверждаю:  
 Руководитель СПДС «Буратино»  
 ГБОУ СОШ с.Узюково Елизарова Ю.А.

1.Пятница «05» сентября 2025г

Категория довольствующихся: Ясли от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>												
130	Запеканка из творога со сгущенным молоком	130/15	16,027	11,084	17,528	229,59	0,07	0,409	0,785	194,471	0,846	
1	Бутерброд с маслом с сыром	20/4/8	2,985	5,872	14,215	125,689	0,028	0,03	0,045	74,665	0,32	
154	Чай с лимоном	180	0,04	0,005	12,13	47	0,006	0,007	2	2,35	0,09	
<b>Всего за Завтрак</b>			<b>19,052</b>	<b>16,961</b>	<b>43,873</b>	<b>402,279</b>	<b>0,104</b>	<b>0,446</b>	<b>2,83</b>	<b>271,486</b>	<b>1,256</b>	
<b>Обед</b>												
15	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,39	2,46	1,49	29,68	0,02	0,014	6,704	7,47	0,297	
35	Суп картофельный с вермишелью м/б	180	1,44	3,51	11,178	81,783	0,063	0,027	8,523	10,602	0,54	
57	Плов с курами	150	11,25	13,917	29,167	276,167	0,075	0,1	1,083	28,5	2,25	
250	Компот из сухих фруктов	150	0,267	0,055	14,833	57,033	0,002	0,003	0,167	9,433	1,275	
147	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,3	11,325	53,25	0,038	0,015		5,175	0,45	
148	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,2	0,4	11,133	58	0,06	0,027		11,667	1,3	
<b>Всего за Обед</b>			<b>17,347</b>	<b>20,642</b>	<b>79,126</b>	<b>555,913</b>	<b>0,258</b>	<b>0,186</b>	<b>16,477</b>	<b>72,847</b>	<b>6,112</b>	
<b>Полдник</b>												
140	Булочка с крошкой	50	3,608	6,883	25,625	147,333	0,075	0,025	0,25	23,833		
150	Какао на молоке	180	4,32	4,86	15,2	118,61	0,2	0,252	1,5	181,75	0,23	
<b>Всего за Полдник</b>			<b>7,928</b>	<b>11,743</b>	<b>40,825</b>	<b>265,943</b>	<b>0,275</b>	<b>0,277</b>	<b>1,75</b>	<b>205,583</b>	<b>0,23</b>	
<b>Ужин</b>												
38	Суп рыбный	180	3,816	4,68	18,216	101,52	0,099	0,054	8,676	19,17	0,864	
147	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,3	11,325	53,25	0,038	0,015		5,175	0,45	
264	Чай с мармеладом	180/20	0,138	0,176	12,156	47,273	0,05	0,01	0,9	3,27	0,45	
<b>Всего за Ужин</b>			<b>5,754</b>	<b>5,156</b>	<b>41,697</b>	<b>202,043</b>	<b>0,187</b>	<b>0,079</b>	<b>9,576</b>	<b>27,615</b>	<b>1,764</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>2</b>	<b>50,081</b>	<b>54,502</b>	<b>205,521</b>	<b>1 426,178</b>	<b>0,824</b>	<b>0,988</b>	<b>30,633</b>	<b>577,531</b>	<b>9,362</b>

Категория довольствующихся: Сад от 3-х до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
130	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	18,79	12,995	20,55	269,175	0,082	0,48	0,92	228	0,992
1	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	3,222	6,325	15,46	127,791	0,036	0,038	0,066	76,7	0,45
154	Чай с лимоном	180	0,04	0,004	9,1	35	0,004	0,005	1,6	1,87	0,08

	<b>Всего за Завтрак</b>		<b>22,052</b>	<b>19,324</b>	<b>45,11</b>	<b>431,966</b>	<b>0,122</b>	<b>0,523</b>	<b>2,586</b>	<b>306,57</b>	<b>1,522</b>
	<b>Обед</b>										
15	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,58	3,68	1,85	42,84	0,03	0,03	11,46	16,06	0,46
35	Суп картофельный с вермишелью м/б	200	1,6	3,9	12,42	90,87	0,07	0,03	9,47	11,78	0,6
57	Плов с курами	180	13,5	16,7	35	331,4	0,09	0,12	1,3	34,2	2,7
250	Компот из сухих фруктов	180	0,32	0,066	17,8	68,44	0,002	0,004	0,2	11,32	1,53
147	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,4	15,1	71	0,05	0,02		6,9	0,6
148	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,4	0,7	20,1	95	0,01	0,01		19	2
	<b>Всего за Обед</b>	<b>1</b>	<b>21,8</b>	<b>25,446</b>	<b>102,27</b>	<b>699,55</b>	<b>0,252</b>	<b>0,214</b>	<b>22,43</b>	<b>99,26</b>	<b>7,89</b>
	<b>Полдник</b>										
140	Булочка с крошкой	60	4,33	8,26	30,75	176,8	0,09	0,03	0,3	28,6	
150	Какао на молоке	200	4,32	4,86	16,888	131,788	0,2	0,252	1,5	181,75	0,23
	<b>Всего за Полдник</b>		<b>8,65</b>	<b>13,12</b>	<b>47,638</b>	<b>308,588</b>	<b>0,29</b>	<b>0,282</b>	<b>1,8</b>	<b>210,35</b>	<b>0,23</b>
	<b>Ужин</b>										
38	Суп рыбный	200	4,24	5,2	20,24	112,8	0,11	0,06	9,64	21,3	0,96
147	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,4	15,1	71	0,05	0,02		6,9	0,6
264	Чай с мармеладом	200/20	0,138	0,176	13,506	52,425	0,05	0,01	0,9	3,27	0,45
	<b>Всего за Ужин</b>		<b>6,778</b>	<b>5,776</b>	<b>48,846</b>	<b>236,225</b>	<b>0,21</b>	<b>0,09</b>	<b>10,54</b>	<b>31,47</b>	<b>2,01</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>2</b>	<b>59,28</b>	<b>63,666</b>	<b>243,864</b>	<b>1 676,329</b>	<b>0,874</b>	<b>1,109</b>	<b>37,356</b>	<b>647,65</b>	<b>11,652</b>

Утверждаю:  
Руководитель СПДС «Буратино»  
ГБОУ СОШ с.Узюково Елизарова Ю.А.

1.Понедельник «08» сентября 2025г

Категория довольствующихся: Ясли от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe	
<b>Завтрак</b>												
91	Каша пшенная молочная	150	4,478	6,683	17,595	148,013	0,12	0,135	1,005	122,91	0,218	
1	Бутерброд с маслом с сыром	20/4/8	2,985	5,872	14,215	125,689	0,028	0,03	0,045	74,665	0,32	
154	Чай с лимоном	180	0,04	0,005	12,13	47	0,006	0,007	2	2,35	0,09	
<b>Всего за Завтрак</b>			<b>7,503</b>	<b>12,56</b>	<b>43,94</b>	<b>320,702</b>	<b>0,154</b>	<b>0,172</b>	<b>3,05</b>	<b>199,925</b>	<b>0,628</b>	
<b>Обед</b>												
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	40	0,756	3,04	2,729	42,667	0,018	0,036	2,987	10,969	0,409	
76	Рассольник " Ленинградский" м/б со сметаной	180	3,861	6,444	10,8	115,155	0,072	0,063	8,865	19,566	1,053	
109	Картофельное пюре	120	1,867	3,467	13,333	91,333	0,093	0,053	14,8	24,2	0,667	
72	Гуляш с курицей	60	7,32	8,01	2,175	109,658	0,038	0,075	0,548	9,143	1,193	
163	Компот из свежемороженой ягоды	150	0,198	0,054	16,249	62,318	0,009	0,009	4,75	12,096	0,197	
147	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,3	11,325	53,25	0,038	0,015		5,175	0,45	
148	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,2	0,4	11,133	58	0,06	0,027		11,667	1,3	
<b>Всего за Обед</b>			<b>18,002</b>	<b>21,715</b>	<b>67,744</b>	<b>532,381</b>	<b>0,328</b>	<b>0,278</b>	<b>31,95</b>	<b>92,816</b>	<b>5,269</b>	
<b>Полдник</b>												
39	Печенье	20	1,8	2,9	18,7	104,2				5	0,2	
150	Какао на молоке	180	4,32	4,86	15,2	118,61	0,2	0,252	1,5	181,75	0,23	
<b>Всего за Полдник</b>			<b>6,12</b>	<b>7,76</b>	<b>33,9</b>	<b>222,81</b>	<b>0,2</b>	<b>0,252</b>	<b>1,5</b>	<b>186,75</b>	<b>0,43</b>	
<b>Ужин</b>												
66	Блины с повидлом	130/15	5,408	7,02	44,603	304,2	0,069	0,043	0,893	90,22	0,598	
158	Напиток из шиповника	180	0,41	0,04	15,58	61,82	0,01	0,02	0,48	20,18	1,5	
148	Яблоко	80	1,903	0,64	24	119,377			12,632	10,105	0,758	
<b>Всего за Ужин</b>			<b>7,721</b>	<b>7,7</b>	<b>84,183</b>	<b>485,397</b>	<b>0,079</b>	<b>0,063</b>	<b>14,005</b>	<b>120,505</b>	<b>2,856</b>	
<b>Всего за день</b>			<b>2</b>	<b>39,346</b>	<b>49,735</b>	<b>229,767</b>	<b>1 561,29</b>	<b>0,761</b>	<b>0,765</b>	<b>50,505</b>	<b>599,996</b>	<b>9,183</b>

Категория довольствующихся: Сад от 3-х до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											

91	Каша пшеничная молочная	200	5,97	8,91	23,46	197,35	0,16	0,18	1,34	163,88	0,29
1	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	3,222	6,325	15,46	127,791	0,036	0,038	0,066	76,7	0,45
154	Чай с лимоном	180	0,04	0,004	9,1	35	0,004	0,005	1,6	1,87	0,08
	<b>Всего за Завтрак</b>		<b>9,232</b>	<b>15,239</b>	<b>48,02</b>	<b>360,141</b>	<b>0,2</b>	<b>0,223</b>	<b>3,006</b>	<b>242,45</b>	<b>0,82</b>
	<b>Обед</b>										
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1,13	4,56	4,09	64	0,03	0,05	4,48	16,45	0,61
76	Рассольник " Ленинградский" м/б со сметаной	200	4,29	7,16	12	127,95	0,08	0,07	9,85	21,74	1,17
109	Картофельное пюре	180	2,8	5,2	20	137	0,14	0,08	22,2	36,3	1
72	Гуляш с курицей	80	9,76	10,68	2,9	146,21	0,05	0,1	0,73	12,19	1,59
164	Компот из свежемороженой ягоды	180	0,237	0,065	19,499	74,782	0,011	0,011	5,7	14,515	0,236
147	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,4	15,1	71	0,05	0,02		6,9	0,6
148	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,4	0,7	20,1	95	0,01	0,01		19	2
	<b>Всего за Обед</b>	<b>1</b>	<b>24,017</b>	<b>28,765</b>	<b>93,689</b>	<b>715,942</b>	<b>0,371</b>	<b>0,341</b>	<b>42,96</b>	<b>127,095</b>	<b>7,206</b>
	<b>Полдник</b>										
39	Печенье	50	1,8	2,9	46,7	260,5				5	0,2
150	Какао на молоке	200	4,32	4,86	16,888	131,788	0,2	0,252	1,5	181,75	0,23
	<b>Всего за Полдник</b>		<b>6,12</b>	<b>7,76</b>	<b>63,588</b>	<b>392,288</b>	<b>0,2</b>	<b>0,252</b>	<b>1,5</b>	<b>186,75</b>	<b>0,43</b>
	<b>Ужин</b>										
66	Блины с повидлом	150/20	6,24	8,1	51,465	351	0,08	0,05	1,03	104,1	0,69
158	Напиток из шиповника	200	0,41	0,04	17,3	68,7	0,01	0,02	0,48	20,18	1,5
148	Яблоко	100	2,26	0,76	28,5	141,76	0,03	0,03	15	12	0,9
	<b>Всего за Ужин</b>		<b>8,91</b>	<b>8,9</b>	<b>97,265</b>	<b>561,46</b>	<b>0,12</b>	<b>0,1</b>	<b>16,51</b>	<b>136,28</b>	<b>3,09</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>2</b>	<b>48,279</b>	<b>60,664</b>	<b>302,562</b>	<b>2 029,831</b>	<b>0,891</b>	<b>0,916</b>	<b>63,976</b>	<b>692,575</b>	<b>11,546</b>

Утверждаю:  
 Руководитель СПДС «Буратино»  
 ГБОУ СОШ с.Узюково Елизарова Ю.А.

2.Вторник «09» сентября 2025г

Категория довольствующихся: Ясли от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
311	Каша Овсяная " Геркулесовая" молочная	150	4,892	7,925	17,633	157,3	0,117	0,158	1,142	142,733	0,775
2	Бутерброд с маслом	20/4	2,658	5,898	16,342	148,342	0,022	0,024	0,046	65,534	0,258
151	Кофейный напиток на молоке	180	5,71	6,4	22,88	169,16	0,06	0,026	2	242,26	0,24
<b>Всего за Завтрак</b>			<b>13,26</b>	<b>20,223</b>	<b>56,855</b>	<b>474,802</b>	<b>0,199</b>	<b>0,208</b>	<b>3,188</b>	<b>450,527</b>	<b>1,273</b>
<b>Обед</b>											
23	Салат из свежей капусты и моркови	40	0,427	2,007	1,667	26,113	0,02	0,02	8,427	12,587	0,28
58	Щи куриные из свежей капусты со сметаной м/б	180	6,921	9,27	11,043	150,174	0,099	0,095	0,001	33,156	1,305
161	Пюре из гороха с маслом	120	9,2	3,72	22,84	159,12	0,36	0,072	0,028	36,48	2,8
66	Котлеты ( биточки) рыбные	50	6,721	1,614	1,886	49,379	0,043	0,079	0,107	21,757	0,4
250	Компот из сухих фруктов	150	0,267	0,055	14,833	57,033	0,002	0,003	0,167	9,433	1,275
147	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,3	11,325	53,25	0,038	0,015		5,175	0,45
148	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,2	0,4	11,133	58	0,06	0,027		11,667	1,3
<b>Всего за Обед</b>			<b>1</b>	<b>27,536</b>	<b>17,366</b>	<b>74,727</b>	<b>0,622</b>	<b>0,311</b>	<b>8,73</b>	<b>130,255</b>	<b>7,81</b>
<b>Полдник</b>											
39	Печенье	20	1,8	2,9	18,7	104,2				5	0,2
401	Кисломолочный продукт Снежок	180	6	4,8	6,3	100,5	0,03	0,19	0,5	186	0,15
<b>Всего за Полдник</b>			<b>7,8</b>	<b>7,7</b>	<b>25</b>	<b>204,7</b>	<b>0,03</b>	<b>0,19</b>	<b>0,5</b>	<b>191</b>	<b>0,35</b>
<b>Ужин</b>											
212	Творожно-вермишелевая запеканка со сгущенным молоком	130/15	10,582	10,105	27,04	245,267	0,078	0,147	0,113	86,58	1,109
154	Чай с лимоном	180	0,04	0,005	12,13	47	0,006	0,007	2	2,35	0,09
148	Яблоко	80	1,903	0,64	24	119,377			12,632	10,105	0,758
<b>Всего за Ужин</b>			<b>12,525</b>	<b>10,75</b>	<b>63,17</b>	<b>411,644</b>	<b>0,084</b>	<b>0,154</b>	<b>14,745</b>	<b>99,035</b>	<b>1,957</b>
<b>Всего за день</b>			<b>2</b>	<b>61,121</b>	<b>56,039</b>	<b>219,752</b>	<b>0,935</b>	<b>0,863</b>	<b>27,163</b>	<b>870,817</b>	<b>11,39</b>

Категория довольствующихся: Сад от 3-х до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe

<b>Завтрак</b>											
311	Каша Овсяная " Геркулесовая" молочная	200	5,87	9,51	21,16	188,76	0,14	0,19	1,37	171,28	0,93
2	Бутерброд с маслом	30/5	2,882	5,617	14,123	124,315	0,025	0,028	0,052	56,7	0,25
151	Кофейный напиток на молоке	180	5,71	6,4	22,88	169,16	0,06	0,026	2	242,26	0,24
<b>Всего за Завтрак</b>			<b>14,462</b>	<b>21,527</b>	<b>58,163</b>	<b>482,235</b>	<b>0,225</b>	<b>0,244</b>	<b>3,422</b>	<b>470,24</b>	<b>1,42</b>
<b>Обед</b>											
23	Салат из свежей капусты и моркови	60	0,94	4,01	3,6	53,58	0,03	0,03	18,86	27,3	0,6
58	Щи куриные из свежей капусты со сметаной м/б	200	7,69	10,3	12,27	166,86	0,11	0,105	28,65	36,84	1,45
161	Пюре из гороха с маслом	150	11,5	4,65	28,55	198,9	0,45	0,09	0,035	45,6	3,5
66	Котлеты ( биточки) рыбные	70	11,62	2,4	3,45	82,92	0,08	0,13	0,2	37,9	0,67
250	Компот из сухих фруктов	180	0,32	0,066	17,8	68,44	0,002	0,004	0,2	11,32	1,53
147	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,4	15,1	71	0,05	0,02		6,9	0,6
148	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,4	0,7	20,1	95	0,01	0,01		19	2
<b>Всего за Обед</b>			<b>1</b>	<b>37,87</b>	<b>22,526</b>	<b>100,87</b>	<b>0,732</b>	<b>0,389</b>	<b>47,945</b>	<b>184,86</b>	<b>10,35</b>
<b>Полдник</b>											
39	Печенье	50	1,8	2,9	46,7	260,5				5	0,2
401	Кисломолочный продукт Снежок	200	6	4,8	7	111,666	0,03	0,19	0,5	186	0,15
<b>Всего за Полдник</b>			<b>7,8</b>	<b>7,7</b>	<b>53,7</b>	<b>372,166</b>	<b>0,03</b>	<b>0,19</b>	<b>0,5</b>	<b>191</b>	<b>0,35</b>
<b>Ужин</b>											
212	Творожно-вермишелевая запеканка со сгущенным молоком	150/20	12,21	11,66	31,2	283	0,09	0,17	0,13	99,9	1,28
154	Чай с лимоном	200	0,04	0,004	10,111	38,888	0,004	0,005	1,6	1,87	0,08
148	Яблоко	100	2,26	0,76	28,5	141,76	0,03	0,03	15	12	0,9
<b>Всего за Ужин</b>			<b>14,51</b>	<b>12,424</b>	<b>69,811</b>	<b>463,648</b>	<b>0,124</b>	<b>0,205</b>	<b>16,73</b>	<b>113,77</b>	<b>2,26</b>
<b>Всего за день</b>			<b>2</b>	<b>74,642</b>	<b>64,177</b>	<b>282,544</b>	<b>1,111</b>	<b>1,028</b>	<b>68,597</b>	<b>959,87</b>	<b>14,38</b>

Утверждаю:  
 Руководитель СПДС «Буратино»  
 ГБОУ СОШ с.Узюково Елизарова Ю.А.

2.Среда «10» сентября 2025г

Категория довольствующихся: Ясли от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
96	Каша манная молочная	150	3,915	6,345	15,263	132,72	0,045	0,135	1,005	121,11	0,375
1	Бутерброд с маслом с сыром	20/4/8	2,985	5,872	14,215	125,689	0,028	0,03	0,045	74,665	0,32
150	Какао на молоке	180	4,32	4,86	15,2	118,61	0,2	0,252	1,5	181,75	0,23
<b>Всего за Завтрак</b>			<b>11,22</b>	<b>17,077</b>	<b>44,678</b>	<b>377,019</b>	<b>0,273</b>	<b>0,417</b>	<b>2,55</b>	<b>377,525</b>	<b>0,925</b>
<b>Обед</b>											
70	Огурцы порционно	40	0,32	0,044	1,004	5,6	0,018	0,018	4	9,2	0,24
45	Суп гороховый куриный с гречками	180	6,417	5,598	15,669	137,169	0,189	0,072	8,433	22,149	1,773
332	Макаронные изделия с маслом	120	3,44	3,04	21,76	131,12	0,056	0,024	0,024	6,48	0,4
178	Тефтели мясные с рисом	50	0,971	7,871	4,929	111,457	0,036	0,071	0,143	13,836	1,271
179	Соус томатный	30	0,293	1,619	2,311	24,414	0,008	0,008	1,017	3,15	0,1
157	Компот из кураги	150	0,479	0,024	15,106	63,574	0,008	0,017	0,354	16,846	0,346
148	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,2	0,4	11,133	58	0,06	0,027		11,667	1,3
<b>Всего за Обед</b>			<b>1</b>	<b>14,12</b>	<b>18,596</b>	<b>71,912</b>	<b>0,375</b>	<b>0,237</b>	<b>13,971</b>	<b>83,328</b>	<b>5,43</b>
<b>Полдник</b>											
55	Вафля	20	4,8	1,5	26,3	18					
158	Напиток из шиповника	180	0,41	0,04	15,58	61,82	0,01	0,02	0,48	20,18	1,5
<b>Всего за Полдник</b>			<b>5,21</b>	<b>1,54</b>	<b>41,88</b>	<b>79,82</b>	<b>0,01</b>	<b>0,02</b>	<b>0,48</b>	<b>20,18</b>	<b>1,5</b>
<b>Ужин</b>											
110	Омлет с зеленым горошком	160/30	7,6	10,01	5,97	130,45	0,04	0,03	0,039	63,98	0,96
147	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,3	11,325	53,25	0,038	0,015		5,175	0,45
154	Чай с лимоном	180	0,04	0,005	12,13	47	0,006	0,007	2	2,35	0,09
<b>Всего за Ужин</b>			<b>9,44</b>	<b>10,315</b>	<b>29,425</b>	<b>230,7</b>	<b>0,084</b>	<b>0,052</b>	<b>2,039</b>	<b>71,505</b>	<b>1,5</b>
<b>Всего за день</b>			<b>2</b>	<b>39,99</b>	<b>47,528</b>	<b>1 218,873</b>	<b>0,742</b>	<b>0,726</b>	<b>19,04</b>	<b>552,538</b>	<b>9,355</b>

Категория довольствующихся: Сад от 3-х до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)
--------	--------------------------------	--------------	----------------------	--------------------------------	---------------	---------------------------

			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
	<b>Завтрак</b>										
96	Каша манная молочная	200	5,22	8,46	20,35	176,96	0,06	0,18	1,34	161,48	0,5
1	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	3,222	6,325	15,46	127,791	0,036	0,038	0,066	76,7	0,45
150	Какао на молоке	180	4,32	4,86	15,2	118,61	0,2	0,252	1,5	181,75	0,23
	<b>Всего за Завтрак</b>		<b>12,762</b>	<b>19,645</b>	<b>51,01</b>	<b>423,361</b>	<b>0,296</b>	<b>0,47</b>	<b>2,906</b>	<b>419,93</b>	<b>1,18</b>
	<b>Обед</b>										
70	Огурцы порционно	60	0,48	0,06	1,5	8,4	0,02	0,02	6	13,8	0,36
45	Суп гороховый куриный с гречками	200	7,13	6,22	17,41	152,41	0,21	0,08	9,37	24,61	1,97
332	Макаронные изделия с маслом	150	4,3	3,8	27,2	163,9	0,07	0,03	0,03	8,1	0,5
178	Тефтели мясные с рисом	70	1,36	11,02	6,9	156,04	0,05	0,1	0,2	19,37	1,78
179	Соус томатный	40	0,391	2,159	3,081	32,552	0,01	0,01	1,356	4,2	0,133
158	Напиток из кураги	180	0,518	0,027	18,129	75,215	0,007	0,01	0,4	22,215	0,465
148	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,4	0,7	20,1	95	0,01	0,01		19	2
	<b>Всего за Обед</b>	<b>1</b>	<b>17,579</b>	<b>23,986</b>	<b>94,32</b>	<b>683,517</b>	<b>0,377</b>	<b>0,26</b>	<b>17,356</b>	<b>111,295</b>	<b>7,208</b>
	<b>Полдник</b>										
55	Вафля	50	4,8	1,5	65,75	45					
158	Напиток из шиповника	200	0,41	0,04	17,3	68,7	0,01	0,02	0,48	20,18	1,5
	<b>Всего за Полдник</b>		<b>5,21</b>	<b>1,54</b>	<b>83,05</b>	<b>113,7</b>	<b>0,01</b>	<b>0,02</b>	<b>0,48</b>	<b>20,18</b>	<b>1,5</b>
	<b>Ужин</b>										
110	Омлет с зеленым горошком	170/30	7,6	10,01	5,97	130,45	0,04	0,03	0,039	63,98	0,96
147	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,4	15,1	71	0,05	0,02		6,9	0,6
154	Чай с лимоном	200	0,04	0,004	10,111	38,888	0,004	0,005	1,6	1,87	0,08
	<b>Всего за Ужин</b>		<b>10,04</b>	<b>10,414</b>	<b>31,181</b>	<b>240,338</b>	<b>0,094</b>	<b>0,055</b>	<b>1,639</b>	<b>72,75</b>	<b>1,64</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>2</b>	<b>45,591</b>	<b>55,585</b>	<b>259,561</b>	<b>1 460,916</b>	<b>0,777</b>	<b>0,805</b>	<b>22,381</b>	<b>624,155</b>	<b>11,528</b>

Утверждаю:

Руководитель СПДС «Буратино»  
ГБОУ СОШ с.Узюково Елизарова Ю.А.

2.Четверг «11» сентября 2025г

Категория довольствующихся: Ясли от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
92	Каша рисовая молочная	150	4,374	6,36	16,673	137,895	0,038	0,135	1,005	121,92	0,345
2	Бутерброд с маслом	20/4	2,658	5,898	16,342	148,342	0,022	0,024	0,046	65,534	0,258
151	Кофейный напиток на молоке	180	5,71	6,4	22,88	169,16	0,06	0,026	2	242,26	0,24
<b>Всего за Завтрак</b>			<b>12,742</b>	<b>18,658</b>	<b>55,895</b>	<b>455,397</b>	<b>0,12</b>	<b>0,185</b>	<b>3,051</b>	<b>429,714</b>	<b>0,843</b>
<b>Обед</b>											
15	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,39	2,46	1,49	29,68	0,02	0,014	6,704	7,47	0,297
36	Свекольник с яйцом и сметаной м/б	180	3,546	5,463	9,351	99,036	0,063	0,054	9,693	17,676	1,089
313	Каша гречневая рассыпчатая	120	5,064	4,52	24,88	163,92	0,27	0,08	0,032	28,88	3,208
74	Суфле из кур	50	8,186	9,071	6,157	125,521	0,036	0,1	0,014	10,029	1,35
179	Соус томатный	30	0,293	1,619	2,311	24,414	0,008	0,008	1,017	3,15	0,1
163	Компот из свежемороженой ягоды	150	0,198	0,054	16,249	62,318	0,009	0,009	4,75	12,096	0,197
147	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,3	11,325	53,25	0,038	0,015		5,175	0,45
148	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,2	0,4	11,133	58	0,06	0,027		11,667	1,3
<b>Всего за Обед</b>			<b>21,677</b>	<b>23,887</b>	<b>82,896</b>	<b>616,139</b>	<b>0,504</b>	<b>0,307</b>	<b>22,21</b>	<b>96,143</b>	<b>7,991</b>
<b>Полдник</b>											
34	Пряник	30	9,7	3,1	52,6	59					
158	Напиток из кураги	180	0,518	0,027	18,129	75,215	0,007	0,01	0,4	22,215	0,465
<b>Всего за Полдник</b>			<b>10,218</b>	<b>3,127</b>	<b>70,729</b>	<b>134,215</b>	<b>0,007</b>	<b>0,01</b>	<b>0,4</b>	<b>22,215</b>	<b>0,465</b>
<b>Ужин</b>											
109	Картофельное пюре	180	2,52	4,68	18	123,3	0,126	0,072	19,98	32,67	0,9
35	Соленый огурец порционно	40	0,5	4,02	2,23	45,3	0,02	0,02	0,59	13,89	0,53
154	Чай с лимоном	180	0,04	0,005	12,13	47	0,006	0,007	2	2,35	0,09
<b>Всего за Ужин</b>			<b>3,06</b>	<b>8,705</b>	<b>32,36</b>	<b>215,6</b>	<b>0,152</b>	<b>0,099</b>	<b>22,57</b>	<b>48,91</b>	<b>1,52</b>
<b>Всего за день</b>			<b>47,697</b>	<b>54,377</b>	<b>241,88</b>	<b>1 421,351</b>	<b>0,783</b>	<b>0,601</b>	<b>48,231</b>	<b>596,982</b>	<b>10,819</b>

Категория довольствующихся: Сад от 3-х до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)
--------	--------------------------------	--------------	----------------------	--------------------------------	---------------	---------------------------

			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		<b>В1</b>	<b>В2</b>	<b>С</b>	<b>Ca</b>	<b>Fe</b>
	<b>Завтрак</b>										
92	Каша рисовая молочная	200	4,86	8,48	22,23	183,86	0,05	0,18	1,34	162,56	0,46
2	Бутерброд с маслом	30/5	2,882	5,617	14,123	124,315	0,025	0,028	0,052	56,7	0,25
151	Кофейный напиток на молоке	180	5,71	6,4	22,88	169,16	0,06	0,026	2	242,26	0,24
	<b>Всего за Завтрак</b>		<b>13,452</b>	<b>20,497</b>	<b>59,233</b>	<b>477,335</b>	<b>0,135</b>	<b>0,234</b>	<b>3,392</b>	<b>461,52</b>	<b>0,95</b>
	<b>Обед</b>										
15	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,58	3,68	1,85	42,84	0,03	0,03	11,46	16,06	0,46
36	Свекольник с яйцом и сметаной м/б	200	3,94	6,07	10,39	110,04	0,07	0,06	10,77	19,64	1,21
313	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,33	5,65	31,1	204,9	0,27	0,1	0,04	36,1	4,01
74	Суфле из кур	70	11,46	12,7	8,62	175,73	0,05	0,14	0,02	14,04	1,89
179	Соус томатный	40	0,391	2,159	3,081	32,552	0,01	0,01	1,356	4,2	0,133
163	Компот из свежзамороженной ягоды	180	0,237	0,065	19,499	74,782	0,011	0,011	5,7	14,515	0,236
147	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,4	15,1	71	0,05	0,02		6,9	0,6
148	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,4	0,7	20,1	95	0,01	0,01		19	2
	<b>Всего за Обед</b>	<b>1</b>	<b>28,738</b>	<b>31,424</b>	<b>109,74</b>	<b>806,844</b>	<b>0,501</b>	<b>0,381</b>	<b>29,346</b>	<b>130,455</b>	<b>10,539</b>
	<b>Полдник</b>										
34	Пряник	50	9,7	3,1	131,5	147,5					
158	Напиток из кураги	200	0,518	0,027	20,143	83,572	0,007	0,01	0,4	22,215	0,465
	<b>Всего за Полдник</b>		<b>10,218</b>	<b>3,127</b>	<b>151,643</b>	<b>231,072</b>	<b>0,007</b>	<b>0,01</b>	<b>0,4</b>	<b>22,215</b>	<b>0,465</b>
	<b>Ужин</b>										
109	Картофельное пюре	200	2,8	5,2	22,222	152,222	0,14	0,08	22,2	36,3	1
35	Соленый огурец порционно	50	0,5	4,02	2,23	45,3	0,02	0,02	0,59	13,89	0,53
154	Чай с лимоном	200	0,04	0,004	10,111	38,888	0,004	0,005	1,6	1,87	0,08
	<b>Всего за Ужин</b>		<b>3,34</b>	<b>9,224</b>	<b>34,563</b>	<b>236,41</b>	<b>0,164</b>	<b>0,105</b>	<b>24,39</b>	<b>52,06</b>	<b>1,61</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>2</b>	<b>55,748</b>	<b>64,272</b>	<b>355,179</b>	<b>1 751,661</b>	<b>0,807</b>	<b>0,73</b>	<b>57,528</b>	<b>666,25</b>	<b>13,564</b>

Утверждаю:  
 Руководитель СПДС «Буратино»  
 ГБОУ СОШ с.Узюково Елизарова Ю.А.

2.Пятница «12» сентября 2025г

Категория довольствующихся: Ясли от 1,5 до 3-х лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
<b>Завтрак</b>											
189	Каша пшеничная молочная	150	3,953	6,383	8,745	144,57	0,053	0,135	1,005	121,86	0,053
1	Бутерброд с маслом с сыром	20/4/8	2,985	5,872	14,215	125,689	0,028	0,03	0,045	74,665	0,32
150	Какао на молоке	180	4,32	4,86	15,2	118,61	0,2	0,252	1,5	181,75	0,23
<b>Всего за Завтрак</b>			<b>11,258</b>	<b>17,115</b>	<b>38,16</b>	<b>388,869</b>	<b>0,281</b>	<b>0,417</b>	<b>2,55</b>	<b>378,275</b>	<b>0,603</b>
<b>Обед</b>											
70	Помидоры порционно	40	0,32	0,044	1,004	5,6	0,018	0,018	4	9,2	0,24
40	Суп харчо м/б	180	4,077	6,498	10,818	117,54	0,09	0,063	15,75	23,985	1,035
117	Бигос капуста тушенная с курицей	150	10,15	10,383	7	161,483	0,108	0,142	60,633	68,083	2,517
250	Компот из сухих фруктов	150	0,267	0,055	14,833	57,033	0,002	0,003	0,167	9,433	1,275
147	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,3	11,325	53,25	0,038	0,015		5,175	0,45
148	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,2	0,4	11,133	58	0,06	0,027		11,667	1,3
<b>Всего за Обед</b>			<b>1</b>	<b>18,814</b>	<b>17,68</b>	<b>452,906</b>	<b>0,316</b>	<b>0,268</b>	<b>80,55</b>	<b>127,543</b>	<b>6,817</b>
<b>Полдник</b>											
149	Рогалик с повидлом	50	2,988	4,118	25,558	144,867	0,061	0,06	0,133	19,583	0,483
399	Сок	150	0,075		15,15	63,333	0,017	0,017	3	10,5	2,1
<b>Всего за Полдник</b>			<b>3,063</b>	<b>4,118</b>	<b>40,708</b>	<b>208,2</b>	<b>0,078</b>	<b>0,077</b>	<b>3,133</b>	<b>30,083</b>	<b>2,583</b>
<b>Ужин</b>											
130	Запеканка из творога со сгущенным молоком	130/15	16,027	11,084	17,528	229,59	0,07	0,409	0,785	194,471	0,846
264	Чай с мармеладом	180/20	0,138	0,176	12,156	47,273	0,05	0,01	0,9	3,27	0,45
148	Яблоко	80	1,903	0,64	24	119,377			12,632	10,105	0,758
<b>Всего за Ужин</b>			<b>18,068</b>	<b>11,9</b>	<b>53,684</b>	<b>396,24</b>	<b>0,12</b>	<b>0,419</b>	<b>14,317</b>	<b>207,846</b>	<b>2,054</b>
<b>Всего за день</b>			<b>2</b>	<b>51,203</b>	<b>50,813</b>	<b>1 446,215</b>	<b>0,795</b>	<b>1,181</b>	<b>100,55</b>	<b>743,747</b>	<b>12,057</b>

Категория довольствующихся: Сад от 3-х до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества (г)	Энергетическая	Витамины (мг)	Минеральные вещества
--------	--------------------------------	-------	----------------------	----------------	---------------	----------------------

		порции	ценность (Ккал)						(мг)		
			Б	Ж	У	В1	В2	С	Ca	Fe	
	<b>Завтрак</b>										
189	Каша пшеничная молочная	200	5,27	8,51	11,66	192,76	0,07	0,18	1,34	162,48	0,07
1	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	3,222	6,325	15,46	127,791	0,036	0,038	0,066	76,7	0,45
151	Кофейный напиток на молоке	180	5,71	6,4	22,88	169,16	0,06	0,026	2	242,26	0,24
	<b>Всего за Завтрак</b>		<b>14,202</b>	<b>21,235</b>	<b>50</b>	<b>489,711</b>	<b>0,166</b>	<b>0,244</b>	<b>3,406</b>	<b>481,44</b>	<b>0,76</b>
	<b>Обед</b>										
70	Помидоры порционно	60	0,48	0,06	1,5	8,4	0,02	0,02	6	13,8	0,36
40	Суп харчо м/б	200	4,53	7,22	12,02	130,6	0,1	0,07	17,5	26,65	1,15
117	Бигос капуста тушенная с курицей	180	12,18	12,46	8,4	193,78	0,13	0,17	72,76	81,7	3,02
250	Компот из сухих фруктов	180	0,32	0,066	17,8	68,44	0,002	0,004	0,2	11,32	1,53
147	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,4	15,1	71	0,05	0,02		6,9	0,6
148	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,4	0,7	20,1	95	0,01	0,01		19	2
	<b>Всего за Обед</b>	<b>1</b>	<b>23,31</b>	<b>20,906</b>	<b>74,92</b>	<b>567,22</b>	<b>0,312</b>	<b>0,294</b>	<b>96,46</b>	<b>159,37</b>	<b>8,66</b>
	<b>Полдник</b>										
149	Рогалик с повидлом	60	3,586	4,942	30,67	173,84	0,073	0,072	0,16	23,5	0,58
399	Сок	200	0,09		20,2	84,4	0,02	0,02	3,6	12,6	2,52
	<b>Всего за Полдник</b>		<b>3,676</b>	<b>4,942</b>	<b>50,87</b>	<b>258,24</b>	<b>0,093</b>	<b>0,092</b>	<b>3,76</b>	<b>36,1</b>	<b>3,1</b>
	<b>Ужин</b>										
130	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	18,79	12,995	20,55	269,175	0,082	0,48	0,92	228	0,992
264	Чай с мармеладом	180/20	0,138	0,176	12,156	47,273	0,05	0,01	0,9	3,27	0,45
148	Яблоко	100	2,26	0,76	28,5	141,76	0,03	0,03	15	12	0,9
	<b>Всего за Ужин</b>		<b>21,188</b>	<b>13,931</b>	<b>61,206</b>	<b>458,208</b>	<b>0,162</b>	<b>0,52</b>	<b>16,82</b>	<b>243,27</b>	<b>2,342</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>2</b>	<b>62,376</b>	<b>61,014</b>	<b>236,996</b>	<b>1 773,379</b>	<b>0,733</b>	<b>1,15</b>	<b>120,446</b>	<b>920,18</b>	<b>14,862</b>

