

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
Пильнева А.А.
«29» июня 2023 г.



МЕНЮ

Наименование	Выход				
	Объём порций, г (сад)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц. ккал
Завтрак					
Каша молочная манная	180	5,94	7,46	24,77	190,2
Яйцо вареное	50	5,95	5,05	0,3	70,7
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Какао с молоком	200	4,4	4,03	12,72	105,02
II Завтрак					
Соковый фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Обед					
Салат из свежих огурцов	50	0,42	0,05	0,8	5,3
Свекольник на мясном бульоне со сметаной	200/8	4,15	3,37	26,15	151,04
Гуляш из говядины	80	15,46	14,96	6,1	213,25
Каша гречневая рассыпчатая	130	7,1	6,02	31,19	207,42
Компот из смеси сухофруктов	200	0,51	0	21,32	87,28
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	76,86
«Уплотнённый» полдник					
Шефтели рыбные, тушеные в соусе томатном с овощами	80	14,34	3,36	12,28	136,71
Картофельное пюре	130	3,34	5,37	22,31	150,35
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Сдоба обыкновенная	60	5,02	3,08	33,63	182,41
Компот из яблок с лимоном	200	0,18	0,1	12,26	50,58

[illegible]

МЕЛЮ

Наименование	Выход				
Завтрак	Объём порций, г (сад)	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Эн/ц,ккал
Каша молочная кукурузная	180	7,31	8,22	32,04	231,58
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Масло сливочное	7	0,04	5,78	0,06	52,37
Кофейный напиток с молоком	200	4,4	4,03	12,62	104,62
II Завтрак					
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Обед					
Салат из свежих огурцов	50	0,42	0,05	0,8	5,3
Борщ с капустой и картофелем со сметаной и мясом	200/8	11,62	11,18	23,22	235,65
Котлета из говядины	70	13,62	13,85	11,93	220,66
Рис отварной	130	3,12	4,7	31,54	180,94
Соус томатный с овощами	30	0,73	2,25	4,32	40,39
Компот из смеси сухофруктов	200	0,51	0	21,32	87,28
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	76,86
«Уплотнённый» полдник					
Омлет с зеленым горошком	160	12,77	13,89	6,39	202,06
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Печенье	50	3,75	4,9	37,2	208,5
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Напиток яблочный	200	0,51	0	21,32	87,28

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
Пыльнева А.А.
«3» июля 2023 г.



МЕНЮ

Наименование	Выход				
	Сад	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Эн/ц.ккал
Завтрак					
Каша молочная пшенная	180	6,72	8,04	26,98	207,49
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Масло сливочное	7	0,04	5,78	0,06	52,37
Сыр	13	3,13	3,98	0	48,37
Чай с молоком и сахаром	200	3,43	3,41	12,21	93,42
II Завтрак					
Соқ фруқтовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Обед					
Салат из помидоров	50	2,39	0,15	5,01	30,8
Щи из свежей капусты со сметаной	200/8	3,65	4,18	19,48	129,63
Бефстроганов из отварной говядины	80	13,6	13,1	4,88	185,21
Макароньы отварные	130	4,6	4,77	28,48	175,43
Компот из ягод замороженных	200	0,18	0,08	11,3	46,6
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	76,86
«Уплотнённый» полдник					
Запеканка из творога с морковью	150	17,24	12,37	27,03	288,74
Молоко сгущенное	20	1,42	1	11,04	58,84
Печенье	50	3,75	4,9	37,2	208,5
Кефир	200	5,8	6,4	8,2	113,6
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
Пыльнева А.А.
«4» июля 2023 г.



МЕНЮ

Наименование	Выход				
	Объём порций, г (сад)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц, ккал
Завтрак					
Каша "Дружба"	180	5,76	7,81	23,78	188,76
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Масло сливочное	7	0,04	5,78	0,06	52,37
Какао с молоком	200	4,4	4,03	12,72	105,02
II Завтрак					
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Обед					
Салат из капусты и моркови	50	0,8	3	4,1	47
Рассольник ленинградский на курином бульоне	200/8	3,02	5,08	20,47	139,17
Птица в соусе томатном	80	16,26	16,33	5,7	233,01
Каша гречневая рассыпчатая	130	7,1	6,02	31,19	207,42
Компот из свежих плодов	200	0,09	0,09	11,94	48,77
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	76,86
«Уплотнённый» полдник					
Жаркое из сердца	200	17,85	3,62	28,41	216,95
Булочка ванильная	70	5,54	5,3	36,17	214,66
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Молоко кипяченое	200	5,4	5,6	8,6	106,8

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
Пыльнева А.А.
«05» июля 2023 г.



МЕНЮ

Наименование	Выход				
	Объём порций, г (сад)	Белки, г.	Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц, ккал
Завтрак					
Каша молочная гречневая	180	7,34	7,4	24,44	194,06
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Масло сливочное	7	0,04	5,78	0,06	52,37
Какао с молоком	200	4,4	4,03	12,72	105,02
II Завтрак					
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Обед					
Салат из капусты и моркови	50	0,83	2,26	4,76	42,69
Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	11,82	5,13	17,91	164,76
Печень говяжья по-строгановски	80	18,41	12,98	6,58	216,62
Картофельное пюре	130	3,34	5,37	22,31	150,35
Кисель из апельсинов	200	0,71	0,18	20,11	84,76
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	76,86
«Уплотнённый» полдник					
Макароны отварные с сыром	130	8,03	7,56	24,8	199,45
Пирожок печеный с капустой	60	5,93	5,53	22,86	164,9
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Чай с сахаром	200	0,21	0,05	7,16	29,88
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
Пыльнева А.А.
«6» июля 2023 г.



МЕНЮ

Наименование	Выход				
	Объём порций, г (сад)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц. ккал
Завтрак					
Каша молочная манная	180	5,94	7,46	24,77	190,2
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Масло сливочное	7	0,04	5,78	0,06	52,37
Сыр	13	3,13	3,98	0	48,37
Кофейный напиток с молоком	200	4,4	4,03	12,62	104,62
II Завтрак					
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Обед					
Салат из огурцов и помидоров	50	0,95	4,45	3,85	59,5
Суп картофельный с крупой рисовой на мясном бульоне	200	2,22	4,79	16,71	118,47
Капуста тушеная с мясом	200	24,77	21,02	18	349
Компот из свежих плодов	200	0,09	0,09	11,94	48,77
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	76,86
«Уплотнённый» полдник					
Рыба запеченная в омлете	150	27,34	9,67	6,04	221
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Сдоба обыкновенная	60	5,02	3,08	33,63	182,41
Чай с лимоном и сахаром	200	0,27	0,06	7,35	30,99

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
Пыльнева А.А.
«7» июля 2023 г.



МЕНЮ

Наименование	Выход				
	Объём порций, г (сад)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц, ккал
Завтрак					
Каша молочная овсяная	180	6,94	8,74	24,02	202,71
Яйцо вареное	50	5,95	5,05	0,3	70,7
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Чай с молоком и сахаром	200	3,43	3,41	12,21	93,42
II Завтрак					
Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Обед					
Салат из помидоров и огурцов	50	0,53	4,5	3,92	58,18
Суп из овощей на курином бульоне	200/8	3,22	4,06	14,5	106,95
Плов с курицей	200	33,04	30,8	34,2	542,74
Компот из изюма	200	0,45	0,08	19,15	79,11
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	76,86
«Уплотнённый» полдник					
Запеканка из творога	150	26,77	16,81	24,42	150
Молоко сгущенное	20	1,42	1	11,04	58,84
Печенье	50	3,75	4,9	37,2	208,5
Кефир	200	5,8	6,4	8,2	113,6
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
Пыльнева А.А.
«10» июня 2023 г.



МЕНЮ

Наименование	Выход				
	Сад	Белки,г.	Жиры,г	Углеводы,г	Эн/ц,ккал
Завтрак					
Каша молочная рисовая	180	5,58	6,78	27,01	191,61
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Масло сливочное	13	3,13	3,98	0	48,37
Какао с молоком	200	4,4	4,03	12,72	105,02
Сыр	13	3,13	3,98	0	48,37
II Завтрак					
Соқ фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	46
Обед					
Салат из свеклы отварной	50	0,83	2,26	4,76	42,69
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	4,76	2,54	33,12	173,75
Суфле из кур	80	21,89	24,24	2,71	314,75
Рагу из овощей	130	4,44	6,19	24,75	171,76
Компот из ягод замороженных	200	0,18	0,08	11,3	46,6
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	76,86
«Уплотнённый» полдник					
Запеканка из творога	150	26,77	16,81	24,42	Эн.ц
Соус молочный сладкий	20	0,49	1,01	3,16	23,7
Печенье	50	3,75	4,9	37,2	208,5
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Молоко кипяченое	200	5,4	5,6	8,6	106,8