

**МЕНЮ**  
**МОУ ИРМО «Сосново-Борская НШДС»**

*ДЕНЬ 1*

«» \_\_\_\_\_ 2022 г.

№ раскладки	Наименование блюда	Выход дети 3-7 лет	ККал
<b>Завтрак</b>			
98	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	1/200/5	120,4
97	Батон с сыром	1/30/15	116,55
249	Какао с молоком и сахаром	1/150	88,36
	Кекс	1/60	141,43
<b>2 завтрак</b>			
251	Йогурт	1/120	89,8
<b>Обед</b>			
15	Салат из свежих огурцов	1/50	27,84
38	Суп картофельный с макаронными изделиями мясом курицы	1/140/10	154,3
219/172	Тефтели из говядины в молочном соусе	1/60/20	164,3
54-1г	Макароны отварные	1/130	194,05
	Хлеб ржаной	1/25	78,36
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	47
	Сок фруктовый	1/180	43,39
<b>Полдник</b>			
725	Вареники с картофелем и маслом сливочным	1/130/5	129,32
54-1хн	Компот из сухофруктов	1/150	73,44
	Хлеб пшеничный	1/20	47
	Хлеб ржаной	1/25	78,36
<b>Итого за день:</b>			1593,9

Директор Сереброва Е.А.

« » 2022 г.

№ раскладки	Наименование блюда	Выход дети 3-7 лет	ККал
<b>Завтрак</b>			
93	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая с маслом сливочным	1/200/5	231,4
254	Цикорий с молоком	1/170	75,8
	Батон	1/30	77,1
	Повидло фруктовое	1/10	26
<b>2 завтрак</b>			
251	Йогурт	1/120	89,8
<b>Обед</b>			
19	Салат из свеклы и моркови	1/50	15,21
33	Рассольник ленинградский со сметаной	1/175/5	121,51
181	Курица отварная с маслом сливочным	1/70/5	49,14
77	Рагу из овощей	1/130	296,32
54-9хн	Компот из облепихи	1/180	35,4
	Хлеб ржаной	1/25	78,36
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	47
<b>Полдник</b>			
265	Блинчики со сгущённым молоком	1/50/10	71,4
	Фрукт свежий	1/100	46,7
233	Чай с сахаром	1/180	24,96
<b>Итого за день:</b>			<b>1286,1</b>

Директор Сереброва Е.А.

**МЕНЮ**  
**МОУ ИРМО «Сосново-Борская НШДС»**

*ДЕНЬ 3*

« » \_\_\_\_\_ 2022 г.

№ раскладки	Наименование блюда	Выход дети 3-7 лет	ККал
<b>Завтрак</b>			
110	Омлет натуральный с маслом сливочным	1/150/5	120,36
	Батон пшеничный	1/30	77,1
54-13	Масло сливочное (порциями)	1/10	66,5
254	Напиток кофейный	1/120	63,95
	Фрукт свежий	1/100	38,05
<b>2 завтрак</b>			
251	Йогурт	1/120	89,8
<b>Обед</b>			
2	Салат витаминный	1/50	61,61
27	Борщ с свежей капустой и картофелем со сметаной	1/175/5	26,64
161	Котлета из говядины ПФ	1/70/5	159,74
186	Каша гречневая рассыпчатая	1/130	185,12
54-2хн	Компот из кураги	1/180	60
	Хлеб ржаной	1/20	62,73
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	47
<b>Полдник</b>			
120	Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком	1/150	144,98
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	1/180	24
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	47
	Хлеб ржаной	1/20	62,73
<b>Итого за день:</b>			<b>1337,33</b>

Директор Сереброва Е.А.

**МЕНЮ**  
**МОУ ИРМО «Сосново-Борская НШДС»**

*ДЕНЬ 4*

« » \_\_\_\_\_ 2022 г.

№ раскладки	Наименование блюда	Выход дети 3-7 лет	ККал
<b>Завтрак</b>			
90	Каша манная жидкая на молоке	1/200/5	180,3
	Батон пшеничный	1/30	77,1
54-6о	Яйцо вареное	1/50	70,48
	Зефир ванильный	1/40	24
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	1/120	50,54
<b>2 завтрак</b>			
251	Йогурт	1/120	89,8
<b>Обед</b>			
18	Салат из свежих помидоров	1/50	54,89
41	Суп картофельный с рыбными консервами(сайра)	1/160/20	166,4
178	Котлета куриная	1/70/5	91
204	Картофель отварной	1/130	159,8
	Сок фруктовый	1/180	79,54
	Хлеб ржаной	1/20	62,73
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	49,93
<b>Полдник</b>			
719	Пельмени отварные ПФ с маслом сливочным	1/130/5	175
54-13хн	Напиток из шиповника	1/180	71,04
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	47
	Хлеб ржаной	1/20	62,73
<b>Итого за день:</b>			1509,28

Директор Сереброва Е.А.

**МЕНЮ**  
**МОУ ИРМО «Сосново-Борская НШДС»**

ДЕНЬ 5

« » \_\_\_\_\_ 2022 г.

№ раскладки	Наименование блюда	Выход дети 3-7 лет	ККал
<b>Завтрак</b>			
99	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	1/150/5	93,82
	Батон с повидлом	1/20/10	77,4
249	Какао с молоком и сахаром	1/150	100,3
	Фрукт свежий	1/100	45,71
<b>2 завтрак</b>			
251	Йогурт	1/120	89,8
<b>Обед</b>			
4	Салат из белокочанной капусты с морковью	1/50	116,44
39	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/160/20	99,48
179	Курица в соусе с томатом	1/70/20	172,9
298	Каша перловая рассыпчатая	1/130	111,79
638	Компот из изюма	1/180	67,36
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	49,96
	Хлеб ржаной	1/20	62,73
<b>Полдник</b>			
54-3г	Макароны отварные с сыром	1/130	183,68
241	Компот из сухофруктов	1/180	73,44
	Хлеб ржаной	1/20	62,73
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	47
<b>Итого за день:</b>			<b>1451,54</b>

Директор Сереброва Е.А.

**МЕНЮ**  
**МОУ ИРМО «Сосново-Борская НШДС»**

ДЕНЬ 6

« » \_\_\_\_\_ 2022 г.

№ раскладки	Наименование блюда	Выход дети 3-7 лет	ККал
<b>Завтрак</b>			
84	Каша Дружба" с маслом сливочным	1/200/5	174,8
54-13	Батон с маслом сливочным	1/20/10	117,9
254	Цикорий на молоке с сахаром	1/150	78,02
	Кондитерское изделие( пряник)	1/50	45,53
<b>2 завтрак</b>			
251	Йогурт	1/120	89,8
<b>Обед</b>			
2	Салат витаминный	1/50	70,82
34/58	Суп картофельный с бобовыми, курицей и гречками	1/160/10/10	121,84
36	Котлета из красной рыбы с маслом сливочным	1/70	49,84
204	Картофель отварной	1/110	106,55
257	Напиток из вишни	1/180	106,83
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	47
	Хлеб ржаной	1/20	62,73
<b>Полдник</b>			
54-12м	Плов с курицей	1/140	87
54-9хн	Компот из облепихи	1/180	29,5
	Хлеб ржаной	1/20	67,73
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	47
<b>Итого за день:</b>			1297,89

Директор Сереброва Е.А.

**МЕНЮ**  
**МОУ ИРМО «Сосново-Борская НШДС»**

ДЕНЬ 7

« » \_\_\_\_\_ 2022 г.

№ раскладки	Наименование блюда	Выход дети 3-7 лет	ККал
<b>Завтрак</b>			
91	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	1/150/5	85,9
97	Батон с сыром	1/20/15	90,85
254	Кофейный напиток	1/120	69,6
	Фрукты свежие	1/100	94,76
<b>2 завтрак</b>			
251	Йогурт	1/120	89,8
<b>Обед</b>			
576	Огурец свежий	1//50	6,64
54-6с	Суп картофельный с клёцками	1/180	159,2
173	Тефтели из говядины ПФ	1/70/5	164,7
186	Каша гречневая рассыпчатая	1/130	185,12
	Сок фруктовый	1/180	77,94
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	47
	Хлеб ржаной	1/20	62,73
<b>Полдник</b>			
54-27м	Рагу из курицы	1/130	121
53-3гн	Чай с лимоном и сахаром	1/180	25,08
	Хлеб ржаной	1/20	62,73
	Хлеб пшеничный	1/20	47
<b>Итого за день:</b>			1390,05

Директор Сереброва Е.А.

**МЕНЮ**  
**МОУ ИРМО «Сосново-Борская НШДС»**

*ДЕНЬ 8*

« » \_\_\_\_\_ 2022 г.

№ раскладки	Наименование блюда	Выход дети 3-7 лет	ККал
<b>Завтрак</b>			
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	1/150/5	100,28
	Батон с повидлом фруктовым	1/20/10	77,4
263	Чай с сахаром	1/120	15,68
	Фрукт свежий	1/100	46,7
<b>2 завтрак</b>			
251	Йогурт	1/120	89,8
<b>Обед</b>			
11	Салат из моркови с зелёным горошком	1/50	38,8
54-4с	Рассольник домашний с мясными фрикадельками	1/150/20	92,096
181	Курица отварная с маслом сливочным	1/70/5	64,23
191	Рис отварной	1/130	128,03
54-2хн	Компот из кураги	1/180	60
	Хлеб ржаной	1/20	62,73
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	47
<b>Полдник</b>			
54-6т	Сырники	1/150	261,01
241	Компот из смеси сухофруктов	1/180	73,44
	Хлеб ржаной	1/20	62,73
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	47
<b>Итого за день:</b>			1266,92

Директор Сереброва Е.А.



**МЕНЮ**  
**МОУ ИРМО «Сосново-Борская НШДС»**

ДЕНЬ 9

« » \_\_\_\_\_ 2022 г.

№ раскладки	Наименование блюда	Выход дети 3-7 лет	ККал
<b>Завтрак</b>			
96	Каша пшенная молочная жидкая с маслом	1/150/5	89,5
	Батон	1/20	51,4
54-13	Масло сливочное	1/10	66,5
248	Какао на молоке с сахаром	1/150	70,51
	Фрукты свежие	1/100	40,18
<b>2 завтрак</b>			
251	Йогурт	1/120	89,8
<b>Обед</b>			
21	Салат из свеклы с солёными огурцами	1/50	109,91
149	Щи из свежей капусты со сметаной	1/175/5	29,64
161	Шницель из говядины ПФ	1/70	62,72
195	Макароны отварные с овощами	1/130	157,32
54-20хн	Кисель из свежих ягод	1/180	145,72
	Хлеб ржаной	1/20	62,73
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	47
<b>Полдник</b>			
54-12м	Плов с курицей	1/130	80,8
54-13хн	Напиток из шиповника	1/180	59,28
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	47
	Хлеб ржаной	1/20	62,73
<b>Итого за день:</b>			<b>1272,74</b>

Директор Сереброва Е.А.

**МЕНЮ**  
**МОУ ИРМО «Сосново-Борская НШДС»**

ДЕНЬ 10

« » \_\_\_\_\_ 2022 г.

№ раскладки	Наименование блюда	Выход дети 3-7 лет	ККал
<b>Завтрак</b>			
54-17к	Суп молочный с гречневой крупой	1/150	86,13
97	Батон с сыром	1/20/15	90,85
254	Цикорий с молоком	1/170	75,8
<b>2 завтрак</b>			
254	Йогурт	1/120	89,8
<b>Обед</b>			
23	Салат картофельный с зелёным горошком	1/30	47
36/56	Суп картофельный с бобовыми и гренками	1/130/20	135,6
150	Голубцы ленивые из говядины ПФ	1/50/5	52,8
189	Каша пшённая рассыпчатая	1/110	154,06
	Сок фруктовый	1/180	76,32
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/20	47
	Хлеб ржаной	1/20	62,73
<b>Полдник</b>			
265	Блинчики с повидлом	1/50/10	87,45
240	Компот из свежих яблок	1/180	43,04
	Фрукт свежий	1/100	44,99
<b>Итого за день:</b>			1093,57

Директор Сереброва Е.А.