

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
_____ Кочкина А.А.

МЕНЮ

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

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
_____ Кочкина А.А.

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 свежих 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
Фрукты (Яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
_____ Кочкина А.А.

МЕНЮ

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

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
_____ Кочкина А.А.

МЕНЮ

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

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
_____ Кочкина А.А.

МЕНЮ

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

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
_____ Кочкина А.А.

МЕНЮ

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

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
_____ Кочкина А.А.

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					
Сок 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
Туляш 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

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
_____ Кочкина А.А.

МЕНЮ

Наименование	Выход				
	Сад	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Эн/ц.ккал
Завтрак					
Каша молочная овсяная	180	6,94	8,74	24,02	202,71
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 помидоров	50	0,95	4,45	3,85	59,5
Суп картофельный с пшеном и курами	200	8,07	6,04	26,1	189,86
Голубцы ленивые	200	17,82	17,16	16,07	282,24
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					
Салат летний	110	1,67	9,92	9,49	133,64
Биточки из говядины	80	16,56	16,63	13,89	263,93
Булочка ванильная	70	5,54	5,3	36,17	214,66
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Кисель	200	0,71	0,18	20,11	84,76

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
_____ Кочкина А.А.

МЕНЮ

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

Утверждаю
Заместитель директора
по дошкольной работе МБОУ СОШ № 8
_____ Кочкина А.А.

МЕНЮ

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
	<i>Объём порций, г (сад)</i>	<i>Белки,г</i>	<i>Жиры,г</i>	<i>Углеводы,г</i>	<i>Эн/ц.ккал</i>
<i>Завтрак</i>					
<i>Каша молочная гречневая</i>	180	7,34	7,4	24,44	194,06
<i>Яйцо вареное</i>	50	5,95	5,05	0,3	70,7
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,04	0,32	19,68	93,76
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	200	4,4	4,03	12,62	104,62
<i>II Завтрак</i>					
<i>Сок фруктовый</i>	100	0,5	0,1	10,1	46
<i>Обед</i>					
<i>Салат из капусты квашеной</i>	50	0,8	4,49	3,34	56,82
<i>Суп картофельный с горохом и мясом</i>	200	14,1	10,64	32,22	276,33
<i>Тренки из пшеничного хлеба</i>	15	1,37	0,14	8,86	42,19
<i>Котлета рыбная Любительская</i>	80	15,05	3,81	7,28	123,63
<i>Картофельное пюре</i>	130	3,34	5,37	22,31	150,35
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,51	0	21,32	87,28
<i>Хлеб ржаной</i>	45	2,97	0,54	15,03	76,86
<i>«Уплотнённый» полдник</i>					
<i>Салат картофельный с морковью и зелёным горошком</i>	50	1,7	3,24	6,43	61,48
<i>Оладьи из печени по-купечески</i>	80	14,53	9,99	13,56	202,16
<i>Ватрушка с повидлом</i>	80	4,79	2,13	50,72	241,32
<i>Чай с молоком и сахаром</i>	200	3,43	3,41	12,21	93,42
<i>Яблоко</i>	100	0,4	0,4	9,8	44,4