

Школа **МБОУ ООШ с. Екатериновка Добровского муниципального района Липецкой области** Утвердил: должность **директор**

**МЕНЮ питания воспитанников группы кратковременного пребывания (ГКП) МБОУ ООШ с. Екатериновка на 2023-2024 учебный год с 01.01.2024**

фамилия **Саввин А.Ю.**

Возрастная категория **4-8 лет** дата **1 1 2024**  
день месяц год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена	
1	1	Завтрак	гор.блюдо	каша молочная пшеничная	150	6,6	6	26,4	177	386	9,98	
				сыр(порциями)	10	2,32	2,95	0,3	36,4	42	5,60	
			гор.напиток	чай	200	0,2		14	280,4	944	1,50	
			хлеб	батон	30	2,3	0,9	15,3	79		3,33	
			фрукты	яблоко	110	1,5	0,3	15,4	70		8,47	
			<i>итого</i>				500	12,92	10,15	71,4	643,2	
1	1	Обед	закуска	кабачковая икра	60	1,6	5,1	6,8	80		9,60	
			1 блюдо	суп гороховый	200	5,6	3,8		122,3	206	4,46	
			2 блюдо	плов из мяса птицы	90/150	20,3	17	35,69	377	646	31,00	
			гарнир									
			напиток	компот из сухофруктов	200	0,04		24,76	94	859	2,72	
			хлеб бел.									
			хлеб черн.	хлеб	50	4,8	1,6	24,6	104		3,51	
			<i>итого</i>				510	32,34	27,5	91,85	777,5	
1	1	<b>Итого за день:</b>			1010	45,26	37,65	163,25	1420,7		80,17	
1	2	Завтрак	гор.блюдо	макароны, запеченные с сыром	180	9,63	10,14	41,36	280	421	11,63	
			гор.напиток	чай с лимоном	200	0,2		14	280,69	958	2,98	
			хлеб									
			фрукты	яблоко	317	2	0,4	25,2	115		24,41	
			<i>итого</i>				697	11,33	10,54	80,56	675,69	
1	2	Обед	закуска	огурец солёный порционный	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13/17	3,78	
			1 блюдо	суп картофельный с пшеном	200	0,46	3,65	1,43	40,38	204	2,89	
			2 блюдо	котлета из мяса птицы	90	16,38	9,36	12,42	199,8	608	20,52	
			гарнир	капуста тушеная	150	4,7	7,36	12,7	190,4	315	7,51	
			напиток	компот из свежих яблок	200	0,16		24	108	868	2,73	
			хлеб бел.									
			хлеб черн.	хлеб	50	4,8	1,6	24,6	104		3,51	
			<i>итого</i>				750	26,96	25,62	76,58	682,96	
1	2	<b>Итого за день:</b>			1447	38,29	36,16	157,14	1358,65		79,96	
1	3	Завтрак	гор.блюдо	каша рисовая молочная с маслом	150	3,96	2,8	37,7	228	384	11,19	
			гор.напиток	чай с лимоном	200	0,2		14	281	958	2,98	
			хлеб	батон	30	2,3	0,9	15,3	79		3,33	
			фрукты	яблоко	120	1,5	0,3	21	96		9,24	
			<i>итого</i>				500	7,96	4	88	683,69	
1	3	Обед	закуска	помидор солёный	60	0,4	0	6,5	7,8		4,10	
			1 блюдо	борщ со сметаной	200	4,8	5,4	7,8	92,6	170	6,19	
			2 блюдо	птица отварная	90	21	16,8	0,4	236	637	31,43	
			гарнир	гречка с маслом	150	6,8	5,7	5,7	198	378	5,64	
			напиток	фруктовый напиток	200	2,4		32	128	864	2,95	
			хлеб бел.									
			хлеб черн.	хлеб	50	4,8	1,6	24,6	104		3,51	
			<i>итого</i>				750	40,2	29,5	77	766,4	
1	3	<b>Итого за день:</b>			1250	48,16	33,5	165	1450,09		80,56	
1	4	Завтрак	гор.блюдо	каша молочная "Дружба"	150	5,18	6,9	36,15	225	378	9,11	
				сыр(порциями)	10	4	5,1	0,5	61,9	42	5,60	
			гор.напиток	чай	200	1,4	2	22,4	116		1,50	
			хлеб	батон	30	2,3	0,9	15,3	79		3,33	
			фрукты	яблоко	124	1,35	0,2	18,9	86		9,55	
			<i>итого</i>				514	14,23	15,1	93,25	567,9	
1	4	Обед	закуска	икра свекольная	60	1,41	2,76	7,4	60,06	126	3,04	
			1 блюдо	рассольник со сметаной	200	1,68	4,09	13,27	96,6	195	6,61	
			2 блюдо	пюре картофельное	150	3,1	7,5	18,7	152,5	321м	6,80	
			гарнир	рыба тушеная в томатном соусе с овощами	90	16,54	9,42	7,84	180	486	28,24	
			напиток	компот из сухофруктов	200	0,04		24,76	94	859	2,72	
			хлеб бел.									
			хлеб черн.	хлеб	50	4,8	1,6	24,6	104		3,51	
			<i>итого</i>				750	27,57	25,37	96,57	687,36	
1	4	<b>Итого за день:</b>			1264	41,8	40,47	189,82	1255,26		80,01	

1	5	Завтрак	гор.блюдо	омлет натуральный	150	14,27	22,16	2,65	267,93	438	22,04		
			гор.напиток	чай	200	0,2		14	280,69	944	2,98		
			хлеб	батон	30	2,3	0,9	15,3	79		3,33		
			фрукты	яблоко	120	2	0,3	15,4	96		9,24		
				<i>итого</i>									
			500	18,27	23,36	47,35	723,62				37,59		
1	5	Обед	закуска	салат из кваш. капусты	60	1,58	4,99	7,66	83,2	81	2,33		
			1 блюдо	свекольник со сметаной	200	6,8	5,9	15,3	115	202	5,38		
			2 блюдо	тефтели мясные из курицы	90	10,35	12,72	14,07	194,9	286м	24,67		
			гарнир	макароны отварные с маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45	114	3,97		
			напиток	компот из свежих яблок	200	0,16		24	108	868	2,73		
			хлеб бел.										
			хлеб черн.	хлеб	50	4,8	1,6	24,6	104		3,51		
				<i>итого</i>									
						750	29,21	29,73	112,08	773,55			
1	5	Итого за день:		1250	47,48	53,09	159,43	1497,17		80,18			
2	1	Завтрак	гор.блюдо	каша геркулесовая	150	6,16	6,84	24	180,72	392	10,38		
			гор.напиток	чай с лимоном	200			14	280,69	944	1,50		
			хлеб	батон	30	2,3	0,9	15,3	79		3,33		
			фрукты	яблоко	120	1,35	0,2	18,9	86		9,24		
				<i>итого</i>									
			500	9,81	7,94	72,2	626,41				24,45		
2	1	Обед	закуска	солёный огурец	60	0,8	0,1	1,7	11	13/17	3,78		
			1 блюдо	щи из свежей капусты	200	1,4	3,91	6,79	67,8	187	4,73		
			2 блюдо	гуляш из говядины	60/50	19,72	17,89	4,76	168,2		35,72		
			гарнир	гречка	150	7,46	5,61	107	230,45	378	5,64		
			напиток	чай	200			14	280,69	944	1,50		
			хлеб бел.										
			хлеб черн.	хлеб	50	4,8	1,6	24,6	104		3,51		
				<i>итого</i>									
						660	34,18	29,11	158,85	862,14			
2	1	Итого за день:		1160	43,99	37,05	231,05	1488,55		79,33			
2	2	Завтрак	гор.блюдо	каша молочная манная	150	3,38	3,96	27,83	161,25	392	6,63		
				масло сливочное	10			8,2	0,1	75	41	6,20	
			гор.напиток	кофейный напиток	200	1,4	2	22,4	116	960	6,49		
			хлеб	батон	30	2,3	0,9	15,3	79		3,33		
			фрукты	яблоко	120	1,5	0,3	21	96		9,24		
				<i>итого</i>									
			510	8,58	15,36	86,63	527,25				31,89		
2	2	Обед	закуска	салат из кваш. капусты	60	1,58	4,99	7,66	83,2	81	2,33		
			1 блюдо	суп картофельный с рисом	200	1,58	2,19	11,66	72,6	208	4,48		
			2 блюдо	биточки рубленые из курицы	90	10,35	12,72	14,07	194,9	306м	22,08		
			гарнир	шпоре картофельное	150/4	3,1	7,5	18,7	152,5	321м	6,63		
			напиток	компот из свежих яблок	200	0,16		24	108	868	2,73		
			хлеб бел.										
			хлеб черн.	хлеб	50	4,8	1,6	24,6	104		3,51		
				<i>итого</i>									
						600	21,57	29	100,69	715,2			
2	2	Итого за день:		1110	30,15	44,36	187,32	1242,45		73,65			
2	3	Завтрак	гор.блюдо	макароны,запеченные с сыром	180	9,63	10,14	41,36	280	421	11,38		
			гор.напиток	чай с лимоном	200	0,2		14	280,69	958	2,98		
			хлеб										
			фрукты	яблоко	169	1,35	0,2	18,9	86		12,99		
				<i>итого</i>									
			549	11,18	10,34	74,26	646,69				27,35		
2	3	Обед	закуска	огурец солёный порционный	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13/17	3,78		
			1 блюдо	Борщ со сметаной	200	1,45	3,93	10,02	82	170	6,12		
			2 блюдо	птица тушеная	90/30	17,92	14,58	5,62	225	301	28,54		
			гарнир	рис	150	3,86	11,42	38,54	277,32	378	7,93		
			напиток	компот из сухофруктов	200	0,04		24,76	94	859	2,72		
			хлеб бел.										
			хлеб черн.	хлеб	50	4,8	1,6	24,6	104		3,51		
				<i>итого</i>									
						660	28,53	35,18	104,97	822,9			
2	3	Итого за день:		1209	39,71	45,52	179,23	1469,59		79,95			

2	4	Завтрак	гор.блюдо	каша молочная пшеничная	150	6,6	6	26,4	230	386	9,85	
			гор.напиток	какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2	960	9,99	
			хлеб									
			фрукты	яблоко	218	1,5	0,3	21	96		16,79	
			<i>итого</i>		568	11,62	10,02	72,89	471,2		36,63	
2	4	Обед	закуска	салат из свёклы	60	1	5,31	5,28	72,6	33	1,90	
			1 блюдо	суп картофельный с макаронными изделиями	200	7,7	6,6	15,7	130,1	216	4,44	
			2 блюдо	котлета из мяса птицы	90	16,38	9,36	12,42	199,8	901	20,52	
			гарнир	овощи тушеные	150	3,8	10,2	27,5	182,8	320	10,18	
			напиток	фруктовый напиток	200	0,08		19,51	94	864	2,95	
			хлеб бел.									
			хлеб черн.	хлеб	50	4,8	1,6	24,6	104		3,51	
			<i>итого</i>		750	33,76	33,07	105,01	783,5		43,5	
			2	4	Итого за день:		1318	45,38	43,09	177,9	1254,7	
2	5	Завтрак	гор.блюдо	запеканка рисовая с творогом	150	6,75	13,2	33,96	326,9	393	16,86	
			гор.напиток	чай с лимоном	200	0,2		14	280,69	958	2,98	
			хлеб									
			фрукты	яблоко	247	1,5	0,3	21	96		18,99	
			<i>итого</i>		597	8,45	13,5	68,96	703,59		38,83	
2	5	Обед	закуска	винегрет	60	0,82	3,71	5,06	56,88	45	2,73	
			1 блюдо	рассольник со сметаной	200	1,68	4,09	13,27	96,6	195	6,61	
			2 блюдо	биточки из мяса птицы	90	10,35	12,72	14,07	194,9	667	21,64	
			гарнир	макароны отварные с маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45	114	3,97	
			напиток	компот из сухофруктов	200	0,04		24,76	94	859	2,72	
			хлеб бел.									
			хлеб черн.	хлеб	50	4,8	1,6	24,6		104	3,51	
			<i>итого</i>		750	23,21	26,64	108,21	611,03		41,18	
			2	5	Итого за день:		1347	31,66	40,14	177,17	1314,62	
Среднее значение за период:					1236,5	41,188	41,103	178,731	1375,18		79,395	