СОГЛАСОВАНО:
Директор
МБОУ «Гимназия № 17»
В. А. Герасимова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Филиал "В Городском округе Королёв" ООО "Орион"
Сычугов А.С.

МЕНЮ НА понедельник 1 недели

2023

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
1 день	ПОНЕДЕЛЬНИК										
Завтрак:	**Каша геркулесовая молочная** (геркулес, масло сливочное, молоко, сахар)	180	150	6,60	5,10	7,80	5,16	25,50	20,30	172,80	129,60
	Яйцо отварное (яйцо куриное)	50	50	2,90	2,90	3,02	3,02	0,35	0,35	51,00	51,00
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,03	2,89	2,47	0,06	0,05	52,36	34,88
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Чай с сахаром (чай, сахар)	180	150	0,10	0,08	0,03	0,01	6,02	4,52	24,70	18,56
Второй завтрак:	**Сок/нектар**	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
	Итого за завтрак/второй завтрак:	**557**	**486**	**13,22**	**10,92**	**15,04**	**11,66**	**62,07**	**50,35**	**440,10**	**349,97**
Обед:	**Кукуруза консервированная**	50	30	0,78	0,47	0,06	0,04	6,14	3,48	28,98	16,59
	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной (горошек зеленый зам.,капуста б/к, картофель,лук,масло растительное,морковь,сметана)	210	158	1,42	1,32	4,79	3,41	12,49	9,39	113,47	79,60
	Плов из отварной птицы (куры,лук,масло растительное,морковь,рис,томатная паста)	210	170	13,90	10,40	15,20	12,70	30,35	29,69	332,30	288,60
	Компот из сухофруктов (сахар,сухофрукты,аскорбиновая кисловая)	200	150	0,56	0,42			20,90	13,68	75,18	56,39
	Хлеб ржаной	45	36	2,20	2,10	0,63	0,50	25,50	15,57	90,45	52,36
	Итого за обед:	**715**	**544**	**18,86**	**14,71**	**20,68**	**16,66**	**95,38**	**71,81**	**640,38**	**493,54**
Полдник:	**Запеканка из творога со сгущенным молоком** (манка,масло сливочное,молоко,молоко сгущенное,сахар,сметана,творог,яйцо)	170	120	13,20	9,50	11,50	9,30	45,30	40,70	379,83	278,03
	Кефир с сахаром (кефир,сахар)/**Молоко**	180	160	2,61	2,20	6,26	4,40	18,30	10,39	115,35	100,76
	Фрукты свежие (яблоко)	100	100	0,40	0,38	0,40	0,38	14,70	9,31	47,00	44,65
	Итого за полдник:	**450**	**380**	**16,21**	**12,08**	**18,16**	**14,08**	**78,30**	**60,40**	**542,18**	**423,44**
	Итого за день:	**1722**	**1410**	**48,29**	**37,71**	**53,87**	**42,40**	**235,75**	**182,56**	**1622,66**	**1266,95**

СОГЛАСОВАНО:
Директор
МБОУ «Гимназия № 17»
А. Герасимова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Филиал "В Городском округе Королёв" ООО "Орион".
Сычугов А.С.

МЕНЮ НА вторник 1 недели

2023

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
2 день	**ВТОРНИК**										
Завтрак:	**Каша манная молочная** (манка,масло сливочное,молоко,сахар)	180	150	5,370	3,90	5,90	3,94	21,26	13,80	132,70	106,50
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,03	2,89	2,47	0,06	0,05	52,36	34,88
	Сыр (порциями)	13	9	1,51	1,10	1,60	1,30			33,10	22,76
	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток,молоко,сахар)	200	180	3,40	3,00	3,60	3,10	13,40	12,85	88,60	79,60
Второй завтрак:	**Сок/нектар**	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
	Итого за завтрак/второй завтрак:	**540**	**475**	**13,90**	**10,84**	**15,29**	**11,81**	**64,86**	**51,83**	**446,00**	**359,67**
Обед:	**Кабачковая икра**	50	30	0,80	0,48	3,15	1,89	5,60	2,22	45,40	27,24
	Суп рисовый на мясном бульоне (картофель,лук репчатый,масло растительное,морковь,рис)	200	150	2,16	0,90	4,50	2,34	27,10	25,10	108,09	78,81
	Капуста тушеная с мясом (говядина б/к,капуста б/к,лук репчатый,масло растительное,морковь,мука,томатная паста)	220	180	13,50	10,60	12,10	11,70	21,70	20,20	347,20	290,60
	Компот из свежих фруктов (сахар,яблоки,аскорбинова кислота)	200	150	0,09	0,07	0,09	0,07	11,14	8,65	46,25	35,92
	Хлеб ржаной	45	36	2,20	2,10	0,63	0,50	25,50	15,57	90,45	52,36
	Итого за обед:	**715**	**546**	**18,75**	**14,15**	**20,47**	**16,50**	**91,04**	**71,74**	**637,39**	**484,93**
Полдник:	**Рыба, запеченная под омлетом** (масло сливочное,молоко,мука,рыба,яйцо)	150	120	11,30	8,80	10,46	7,70	17,20	16,85	194,60	155,68
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Печенье	40	30	1,28	0,98	6,72	5,04	20,40	14,30	180,40	130,30
	Чай с сахаром (чай, сахар)	180	150	0,10	0,08	0,03	0,02	6,02	4,52	24,70	18,56
	Фрукты свежие (яблоко)	100	95	0,40	0,38	0,40	0,38	14,70	9,31	47,00	44,65
	Итого за полдник:	**510**	**425**	**16,16**	**12,55**	**18,81**	**14,04**	**78,36**	**60,01**	**539,94**	**419,12**
	Итого за день:	**1765**	**1446**	**48,81**	**37,54**	**54,56**	**42,35**	**234,26**	**183,58**	**1623,32**	**1263,72**

СОГЛАСОВАНО:

Директор
МБОУ «Гимназия № 17»

А. Герасимова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Филиал "В Городском округе Королёв" ООО "Орион"
Сычугов А.С.

МЕНЮ НА среда 1 недели

2023

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
3 день	**СРЕДА**										
Завтрак:	**Каша гречневая молочная** (гречка,масло сливочное,молоко,сахар)	180	150	4,81	3,81	5,90	3,95	20,97	15,30	134,96	110,10
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,03	2,89	2,47	0,06	0,05	52,36	34,88
	Какао с молоком (какао,молоко,сахар)	200	180	5,12	3,40	5,32	3,60	13,64	9,69	123,70	88,40
Второй завтрак:	**Сок/нектар**	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
	Итого за завтрак/второй завтрак:	**527**	**466**	**13,54**	**10,05**	**15,41**	**11,02**	**64,81**	**50,17**	**450,26**	**349,31**
Обед:	**Салат из свеклы отварной** (свекла,масло растительное)	50	30	0,90	0,54	3,06	2,04	5,28	3,17	52,17	33,10
	Суп с рыбными консервами (картофель,лук репчатый,масло растительное,морковь,пшено,рыба консервированная)	200	150	6,20	5,03	4,94	3,53	17,90	14,50	147,27	117,60
	Печень, тушенная в соусе (лук репчатый,масло растительное,масло сливочное,мука,печень говяжья,сметана)	80	60	6,59	3,29	6,90	5,92	8,27	6,41	167,10	116,97
	Пюре картофельное (картофель,масло сливочное,молоко)	150	120	2,87	2,10	5,53	4,98	14,40	10,08	90,90	83,70
	Кисель плодово-ягодный (кисель,сахар,аскорбиновая кислота)	200	150					20,15	21,09	81,13	78,10
	Хлеб ржаной	45	36	2,20	2,10	0,63	0,50	25,50	15,57	90,45	52,36
	Итого за обед:	**725**	**546**	**18,76**	**13,06**	**21,06**	**16,97**	**91,50**	**70,81**	**629,02**	**481,83**
Полдник:	**Макароны отварные с сыром** (макароны,масло сливочное,сыр)	130	100	6,98	4,99	11,20	7,98	19,92	16,40	206,26	125,44
	Пирожок с капустой (дрожжи,капуста б/к,масло растительное,масло сливочное,молоко,мука,сахар,яйцо)	60	60	4,93	4,93	5,11	5,11	17,63	17,63	169,80	169,80
	Фрукты свежие (яблоко)	100	95	0,40	0,38	0,40	0,38	14,70	9,31	47,00	44,65
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Чай с сахаром (чай, сахар)	180	150	0,10	0,08	0,03	0,02	6,02	4,52	24,70	18,56
	Итого за полдник:	**510**	**435**	**15,49**	**12,69**	**17,94**	**14,39**	**78,31**	**62,89**	**541,00**	**428,38**
	Итого за день:	**1762**	**1447**	**47,79**	**35,80**	**54,40**	**42,38**	**234,61**	**183,87**	**1620,28**	**1259,52**

СОГЛАСОВАНО:

Директор
МБОУ «Гимназия № 17»
Н.А. Герасимова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Филиал "В Городском округе Королёв" ООО "Орион"
Сычугов А.С.

МЕНЮ НА четверг 1 недели

2023

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
4 день	**ЧЕТВЕРГ**										
Завтрак:	**Каша геркулесовая молочная** (геркулес,масло сливочное,молоко,сахар)	180	150	6,60	5,10	7,80	5,16	25,50	20,30	172,80	129,60
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,03	2,89	2,47	0,06	0,05	52,36	34,88
	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток,молоко,сахар)	200	180	3,40	3,00	3,60	3,10	13,40	12,85	88,60	79,60
Второй завтрак:	**Сок/нектар**	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
	Итого за завтрак/второй завтрак:	**527**	**466**	**13,62**	**10,94**	**15,59**	**11,73**	**69,10**	**58,33**	**453,00**	**360,01**
Обед:	**Огурец соленый**	50	30	0,34	0,20	0,04	0,03	1,23	0,73	6,27	3,70
	Борщ с мясом со сметаной (говядина б/к,капуста б/к,картофель,лук репчатый,масло растительное,морковь,свекла,сметана,томатная паста)	210	158	4,75	3,01	6,60	4,55	10,50	9,90	128,28	91,62
	Котлеты мясные (говядина б/к,лук репчатый,масло растительное,сухари панировочные,хлеб пшеничный,яйцо)	80	60	7,83	5,48	7,80	6,70	10,83	9,90	161,27	140,12
	Рис отварной (рис,масло сливочное)	130	110	2,65	2,60	4,42	4,10	19,77	18,10	151,21	126,98
	Соус томатный с овощами (лук репчатый,масло сливочное,морковь,мука,томатная паста)	30	20	0,41	0,25	0,78	0,43	2,36	1,40	18,28	10,66
	Компот из сухофруктов (сахар,сухофрукты,аскорбиновая кисловая)	200	150	0,56	0,42			20,90	13,68	75,18	56,39
	Хлеб ржаной	45	36	2,20	2,10	0,63	0,50	25,50	15,57	90,45	52,36
	Итого за обед:	**745**	**564**	**18,73**	**14,06**	**20,28**	**16,32**	**91,09**	**69,28**	**630,95**	**481,82**
Полдник:	**Омлет натуральный** (масло сливочное,молоко,яйцо)	130	100	8,82	7,82	15,28	12,21	3,00	2,50	220,70	200,70
	Зеленый горошек	50	30	2,46	1,47	0,23	0,14	6,97	4,37	40,81	34,81
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Чай с сахаром (чай, сахар)	180	150	0,10	0,08	0,03	0,02	6,02	4,52	24,70	18,56
	Кондитерские изделия	50	25	1,60	0,80	1,40	0,70	41,23	30,30	161,05	95,53
	Итого за полдник:	**450,00**	**335,00**	**16,06**	**12,48**	**18,14**	**13,97**	**77,26**	**56,72**	**540,50**	**419,53**
	Итого за день:	**1722**	**1365**	**48,41**	**37,48**	**54,00**	**42,02**	**237,45**	**184,33**	**1624,44**	**1261,36**

СОГЛАСОВАНО:
Директор
ЦДОУ «Гимназия № 17»
_____
_____ А. Герасимова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Филиал "В Городском округе Королёв" ООО "Орион"
Сычугов А.С.

МЕНЮ НА пятница 1 недели

2023

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
5 день	ПЯТНИЦА										
Завтрак:	**Каша "дружба" молочная** (масло сливочное,молоко,пшено,рис,сахар)	180	150	4,70	3,90	4,92	4,10	21,43	15,97	134,23	111,85
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,03	2,89	2,47	0,06	0,05	52,36	34,88
	Какао с молоком (какао,молоко,сахар)	200	180	5,12	3,40	5,32	3,60	13,64	9,69	123,70	88,40
Второй завтрак:	**Сок/нектар**	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
	Итого за завтрак/второй завтрак:	**527**	**466**	**13,43**	**10,14**	**14,43**	**11,17**	**65,27**	**50,84**	**449,53**	**351,06**
Обед:	**Салат из квашеной капусты** (капуста квашеная,лук репчатый,масло растительное,сахар)	50	30	1,01	0,61	2,06	2,04	4,36	2,73	40,64	32,04
	Рассольник с курами со сметаной (картофель,куры,лук репчатый,масло растительное,морковь,огурцы соленые,перловая крупа,сметана)	210	158	4,45	2,45	11,39	8,37	17,44	16,11	200,27	134,88
	Жаркое по-домашнему (картофель,лук репчатый,масло растительное,морковь,сердце говяжье,томатная паста)	210	170	11,38	8,80	7,48	5,86	32,36	28,10	256,77	232,20
	Компот из свежих фруктов (сахар,яблоки,аскорбинова кислота)	200	150	0,09	0,07	0,09	0,07	11,14	8,65	46,25	35,92
	Хлеб ржаной	45	36	2,20	2,10	0,63	0,50	25,50	15,57	90,45	52,36
	Итого за обед:	**715**	**544**	**19,13**	**14,03**	**21,64**	**16,84**	**90,79**	**71,16**	**634,38**	**487,40**
Полдник:	**Ватрушка с творогом** (дрожжи,масло растительное,масло сливочное,молоко,мука,сахар,творог,яйцо)	70	70	9,20	9,20	10,60	10,60	23,40	23,40	215,10	215,10
	Вермишель отварная молочная (вермишель,масло сливочное,молоко,сахар)	130	110	3,95	1,20	4,99	2,39	14,22	8,24	149,90	72,20
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Чай с сахаром (чай, сахар)	180	150	0,10	0,08	0,03	0,02	6,02	4,52	24,70	18,56
	Фрукты свежие (яблоко)	100	95	0,40	0,38	0,40	0,38	14,70	9,31	47,00	44,65
	Итого за полдник:	**520**	**455**	**16,73**	**13,17**	**17,22**	**14,29**	**78,38**	**60,50**	**529,94**	**420,44**
	Итого за день:	**1762**	**1465**	**49,29**	**37,34**	**53,28**	**42,30**	**234,44**	**182,50**	**1613,85**	**1258,9**

СОГЛАСОВАНО:

Директор
МБОУ «Гимназия № 17»
В. А. Герасимова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Филиал "В Городском округе Королёв" ООО "Орион"
Сычугов А.С.

МЕНЮ НА понедельник 2 недели

2023

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
6 день	**ПОНЕДЕЛЬНИК**										
Завтрак:	**Каша пшенная молочная** (масло сливочное,молоко,пшено,сахар)	180	150	4,95	3,10	5,70	3,90	21,85	15,10	140,70	107,20
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,03	2,89	2,47	0,06	0,05	52,36	34,88
	Сыр (порциями)	13	9	1,51	1,10	1,60	1,30			33,10	22,76
	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток,молоко,сахар)	200	180	3,40	3,00	3,60	3,10	13,40	10,20	88,60	69,60
Второй завтрак:	**Сок/нектар**	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
	Итого за завтрак/второй завтрак:	**540**	**475**	**13,48**	**10,04**	**15,09**	**11,77**	**65,45**	**50,48**	**454,00**	**350,37**
Обед:	**Зеленый горошек**	50	30	2,46	1,47	0,23	0,14	4,97	4,37	40,81	34,81
	Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной (капуста б/к,картофель,лук репчаты,масло растительное,морковь,сметана,томатная паста)	210	158	1,35	1,15	7,74	5,74	16,88	13,50	127,70	112,50
	Бефстроганов из отварной говядины (говядина б/к,мука,сметана)	80	60	9,40	6,50	9,85	8,10	4,69	3,69	170,50	129,35
	Макароны отварные (макароны,масло сливочное)	130	110	3,42	2,75	3,00	2,09	29,22	25,99	159,64	129,88
	Компот из ягод (сахар,ягоды,аскорбиновая кислота)	200	150	0,15	0,12	0,03	0,02	10,08	7,86	41,61	32,49
	Хлеб ржаной	45	36	2,20	2,10	0,63	0,50	25,50	15,57	90,45	52,36
	Итого за обед:	**715**	**544**	**18,98**	**14,09**	**21,48**	**16,60**	**91,34**	**70,98**	**630,71**	**491,39**
Полдник:	**Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком** (манка,масло растительное,молоко,молоко сгущенное,морковь,сахар,сметана,сухари панировачные,творог,яйцо)	170	130	12,90	10,10	12,01	9,40	45,03	40,80	373,72	269,90
	Кефир с сахаром (кефир,сахар)	180	160	2,61	2,20	5,76	4,40	18,30	10,39	115,35	100,76
	Фрукты свежие (яблоко)	100	95	0,40	0,38	0,40	0,38	14,70	9,31	47,00	44,65
	Итого за полдник:	**450**	**385**	**15,91**	**12,68**	**18,17**	**14,18**	**78,03**	**60,50**	**536,07**	**415,31**
	Итого за день:	**1705**	**1404**	**48,37**	**36,81**	**54,74**	**42,55**	**234,81**	**181,96**	**1620,78**	**1257,07**

СОГЛАСОВАНО:

Директор
МБОУ «Гимназия № 17»
В. А. Герасимова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Филиал "В Городском округе Королёв" ООО "Орион"
Сычугов А.С.

МЕНЮ НА вторник 2 недели

2023

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
7 день	**ВТОРНИК**										
Завтрак:	**Каша манная молочная** (манка,масло сливочное,молоко,сахар)	180	150	5,37	3,90	5,90	3,94	21,26	13,80	132,70	106,50
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,03	2,89	2,47	0,06	0,05	52,36	34,88
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Какао с молоком (какао,молоко,сахар)	200	180	5,12	3,40	5,32	3,60	13,64	9,69	123,70	88,40
Второй завтрак:	**Фрукты свежие** (яблоко)	100	95	0,40	0,38	0,40	0,38	14,70	9,31	47,00	44,65
	Итого за завтрак/второй завтрак:	**527**	**461**	**14,00**	**10,02**	**15,71**	**11,29**	**69,70**	**47,88**	**449,00**	**344,36**
Обед:	**Огурец соленый**	50	30	0,34	0,20	0,04	0,03	1,23	0,73	6,27	3,70
	Свекольник на мясном бульоне со сметаной (картофель,лук репчатый,масло растительное,морковь,свекла,сметана,томатная паста)	210	158	1,70	1,20	4,81	4,20	16,86	15,63	122,15	109,93
	Гуляш из говядины (говядина б/к,лук репчатый,масло сливочное,морковь,мука,томатная паста)	80	60	8,60	5,10	10,85	8,59	2,64	2,28	189,30	142,51
	Каша гречневая рассыпчатая (гречка,масло сливочное)	130	110	5,43	4,62	3,89	3,27	22,58	21,58	154,88	125,31
	Компот из сухофруктов (сахар,сухофрукты,аскорбиновая кисловая)	200	150	0,56	0,42			20,90	13,68	75,18	56,39
	Хлеб ржаной	45	36	2,20	2,10	0,63	0,50	25,50	15,57	90,45	52,36
	Итого за обед:	**715**	**544**	**18,83**	**13,64**	**20,23**	**16,59**	**89,71**	**69,46**	**638,23**	**490,19**
Полдник:	**Рыба, тушенная с овощами** (лук репчатый,масло растительное,морковь,рыба св.,томатная паста)	80	60	8,33	5,45	6,01	3,28	3,28	1,80	138,33	60,83
	Пюре картофельное (картофель,масло сливочное,молоко)	150	120	2,87	3,20	5,53	4,98	14,40	10,08	90,90	83,70
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Сдоба обыкновенная (дрожжи,масло растительное,масло сливочное,молоко,мука,сахар,яйцо)	60	60	1,80	1,80	5,25	5,25	34,36	34,36	192,80	192,80
	Чай с сахаром (чай, сахар)	180	150	0,10	0,08	0,03	0,02	6,02	4,52	24,70	18,56
	Итого за полдник:	**510**	**420**	**16,18**	**12,84**	**18,01**	**14,43**	**78,10**	**65,79**	**539,97**	**425,82**
	Итого за день:	**1752**	**1425**	**49,01**	**36,50**	**53,95**	**42,32**	**237,51**	**183,13**	**1627,20**	**1260,37**

СОГЛАСОВАНО:
Директор
МОУ «Гимназия № 17»
_____
Гл-в А. Герасимова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Филиал "В Городском округе Королёв" ООО "Орион"
_____ Сычугов А.С.

МЕНЮ НА среда 2 недели

2023

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
8 день	**СРЕДА**										
Завтрак:	**Каша геркулесовая молочная** (геркулес, масло сливочное, молоко, сахар)	180	150	6,60	5,10	7,80	5,16	25,50	20,30	172,80	129,60
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,03	2,89	2,47	0,06	0,05	52,36	34,88
	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток,молоко,сахар)	200	180	3,40	3,00	3,60	3,10	13,40	12,85	88,60	79,60
Второй завтрак:	**Сок/нектар**	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
	Итого за завтрак/второй завтрак:	**527**	**466**	**13,62**	**10,94**	**15,59**	**11,73**	**69,10**	**58,33**	**453,00**	**360,01**
Обед:	**Кабачковая икра**	50	30	0,80	0,48	3,15	1,89	5,60	2,22	45,40	27,24
	Суп пшенный с курами (картофель,куры,лук репчатый,масло растительное,морковь,пшено)	200	150	4,06	2,10	7,94	6,50	19,83	17,80	179,26	163,50
	Голубцы ленивые с мясом (говядина б/к,капуста б/к,лук репчатый,масло растительное,морковь,мука,рис,сметана,томатная паста,яйцо)	210	170	11,73	9,20	9,35	7,51	29,34	27,32	261,48	210,20
	Компот из свежих фруктов (сахар,яблоки,аскорбинова кислота)	200	150	0,09	0,07	0,09	0,07	11,14	8,65	46,25	35,92
	Хлеб ржаной	45	36	2,20	2,10	0,63	0,50	25,50	15,57	90,45	52,36
	Итого за обед:	**705**	**536**	**18,88**	**13,95**	**21,15**	**16,47**	**91,41**	**71,56**	**622,83**	**489,22**
Полдник:	**Винегрет овощной** (картофель,лук репчатый,масло растительное,морковь,огурцы соленые,свекла)	130	110	2,19	1,80	5,10	4,26	20,36	18,23	123,28	93,99
	Биточки мясные (говядина б/к,масло сливочное,молоко,хлеб пшеничный)	70	50	9,55	7,27	5,08	3,79	8,35	3,65	126,49	99,62
	Печенье	40	30	1,28	0,98	6,72	5,04	20,40	14,30	180,40	130,30
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Чай с сахаром (чай, сахар)	180	150	0,10	0,08	0,03	0,02	6,02	4,52	24,70	18,56
	Итого за полдник:	**460**	**370**	**16,20**	**12,44**	**18,13**	**14,01**	**75,17**	**55,73**	**548,11**	**412,40**
	Итого за день:	**1692**	**1372**	**48,69**	**37,33**	**54,87**	**42,21**	**235,67**	**185,62**	**1623,94**	**1261,63**

СОГЛАСОВАНО:

Директор
МБОУ «Гимназия № 17»
_____ А. Герасимова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Филиал "В Городском округе Королёв" ООО "Орион"
_____ Сычугов А.С.

МЕНЮ НА четверг 2 недели

2023

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
9 день	ЧЕТВЕРГ										
Завтрак:	**Каша рисовая молочная** (рис,масло сливочное,молоко,сахар)	180	150	3,33	1,90	4,77	2,10	21,40	16,10	104,60	84,60
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,03	2,89	2,47	0,06	0,05	52,36	34,88
	Сыр (порциями)	13	9	2,15	2,09	2,20	2,10			33,10	32,76
	Какао с молоком (какао,молоко,сахар)	200	180	5,12	3,40	5,32	3,60	13,64	9,69	123,70	88,40
Второй завтрак:	**Сок/нектар**	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
	Итого за завтрак/второй завтрак:	**540**	**475**	**14,21**	**10,23**	**16,48**	**11,27**	**65,24**	**50,97**	**453,00**	**356,57**
Обед:	**Салат из свеклы отварной** (свекла,масло растительное)	50	30	0,90	0,54	3,06	2,04	5,28	3,17	52,17	33,10
	Суп вермишелевый на курином бульоне (вермишель,картофель,лук репчатый,масло растительное,морковь)	200	150	1,42	0,90	3,01	2,40	24,74	24,60	146,52	110,16
	Суфле куриное (куры,масло сливочное,молоко,мука,яйцо)	80	60	10,70	7,90	12,94	10,10	2,78	1,60	165,03	155,30
	Рагу из овощей (капуста б/к,картофель,лук репчатый,масло растительное,морковь,томатная паста)	150	120	3,23	2,90	1,53	1,42	23,20	18,16	134,22	99,74
	Компот из ягод (сахар,ягоды,аскорбиновая кислота)	200	150	0,15	0,12	0,03	0,02	10,08	7,86	41,61	32,49
	Хлеб ржаной	45	36	2,20	2,10	0,63	0,50	25,50	15,57	90,45	52,36
	Итого за обед:	**725**	**546**	**18,60**	**14,46**	**21,20**	**16,48**	**91,58**	**70,96**	**630,00**	**483,15**
Полдник:	**Запеканка творожная** (манка,масло сливочное,молоко,сахар,сметана,творог,яйцо)	150	110	15,20	11,10	14,04	11,70	53,89	44,30	388,99	335,30
	Соус сметанный сладкий (масло сливочное,мука,сахар,сметана)	20	15	0,38	0,32	2,75	2,04	3,07	1,99	78,74	27,77
	Фрукты свежие (яблоко)	100	95	0,40	0,38	0,40	0,38	14,70	9,31	47,00	44,65
	Чай с сахаром (чай, сахар)	180	150	0,10	0,08	0,03	0,02	6,02	4,52	24,70	18,56
	Итого за полдник:	**450**	**370**	**16,08**	**11,88**	**17,22**	**14,14**	**77,68**	**60,12**	**539,43**	**426,28**
	Итого за день:	**1715**	**1391**	**48,89**	**36,57**	**54,89**	**41,89**	**234,49**	**182,05**	**1622,42**	**1266,00**

СОГЛАСОВАНО:

Директор
МБОУ «Гимназия № 17»
В. А. Герасимова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Филиал "В Городском округе Королёв" ООО "Орион"
Сычугов А.С.

МЕНЮ НА пятница 2 недели

2023

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
10 день	**ПЯТНИЦА**										
Завтрак:	**Каша гречневая молочная** (гречка,масло сливочное,молоко,сахар)	180	150	4,81	3,81	5,90	3,95	20,97	15,30	134,96	110,10
	Яйцо отварное (яйцо куриное)	50	50	2,90	2,90	3,02	3,02	0,35	0,35	51,00	51,00
	Хлеб пшеничный	40	30	3,08	2,31	1,20	0,90	20,04	15,03	93,24	69,93
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,03	2,89	2,47	0,06	0,05	52,36	34,88
	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток,молоко,сахар)	200	180	3,40	3,00	3,60	3,10	13,40	12,85	88,60	79,60
Второй завтрак:	**Сок/нектар**	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
	Итого за завтрак/второй завтрак:	**577**	**516**	**14,73**	**12,55**	**16,71**	**13,54**	**64,92**	**53,68**	**466,16**	**391,51**
Обед:	**Салат из квашеной капусты** (капуста квашеная,лук репчатый,масло растительное,сахар)	50	30	1,01	0,61	2,06	2,04	4,36	2,73	40,64	32,04
	Суп гороховый с гренками (горох,картофель,лук репчатый,масло растительное,морковь,хлеб пшеничный)	215	160	2,02	1,50	4,10	2,78	16,22	16,10	170,35	135,90
	Шницель рыбный (лук репчатый,масло растительное,рыба св.,сухари панировочные,хлеб пшеничный,яйцо)	80	60	10,30	6,20	8,29	5,76	9,91	9,50	164,30	130,10
	Пюре картофельное (картофель,масло сливочное,молоко)	150	120	2,87	3,20	5,53	4,98	14,40	10,08	90,90	83,70
	Компот из сухофруктов (сахар,сухофрукты,аскорбиновая кисловая)	200	150	0,56	0,42			20,90	13,68	75,18	56,39
	Хлеб ржаной	45	36	2,20	2,10	0,63	0,50	25,50	15,57	90,45	52,36
	Итого за обед:	**740**	**556**	**18,96**	**14,03**	**20,61**	**16,07**	**91,29**	**67,66**	**631,82**	**490,48**
Полдник:	**Салат из картофеля с зеленым горошком** (горошек зеленый консервированный,картофель,лук репчатый,масло растительное,морковь, огурец соленый)	50	30	1,26	0,76	2,21	2,12	8,17	4,91	68,66	32,43
	Оладьи из печени/соте из печени (масло растительное,мука,печень говяжья,яйцо)	80	60	8,26	5,20	10,55	7,42	9,47	6,47	162,53	80,50
	Ватрушка с повидлом (дрожжи,масло растительное,молоко,мука,повидло,сахар,яйцо)	100	100	5,87	5,87	4,00	4,00	40,15	40,15	221,86	221,86
	Чай с сахаром (чай, сахар)	180	150	0,10	0,08	0,03	0,02	6,02	4,52	24,70	18,56
	Фрукты свежие (яблоко)	100	95	0,40	0,38	0,40	0,38	14,70	9,31	47,00	44,65
	Итого за полдник:	**510**	**435**	**15,89**	**12,29**	**17,18**	**13,94**	**78,51**	**65,36**	**524,75**	**398,00**
	Итого за день:	**1827**	**1507**	**49,57**	**38,87**	**54,50**	**43,55**	**234,72**	**186,70**	**1622,73**	**1279,99**