

Утверждаю:  
Директор ГБОУ ООШ с.Купино  
\_\_\_\_\_/Л.В.Климова/

**Неделя 1**  
**День 2**

**26.08.2025 г.**

| Наименование блюд                  | Выход блюд (г) |       | от 1,5 года до 3-х лет<br>Химический состав |             |                 |                              | от 3-х до 7-ми лет<br>Химический состав |             |                 |                              | Витамин<br>"С" | №рек. |
|------------------------------------|----------------|-------|---------------------------------------------|-------------|-----------------|------------------------------|-----------------------------------------|-------------|-----------------|------------------------------|----------------|-------|
|                                    | 1-3-х          | 3-7-х | Белки<br>(г)                                | Жиры<br>(г) | Углеводы<br>(г) | Энерг.<br>Ценность<br>(ккал) | Белки<br>(г)                            | Жиры<br>(г) | Углеводы<br>(г) | Энерг.<br>Ценность<br>(ккал) |                |       |
| ЗАВТРАК                            |                |       |                                             |             |                 |                              |                                         |             |                 |                              |                |       |
| Каша пшениная молочная             | 150.0          | 200.0 | 4.650                                       | 6.000       | 23.300          | 166.500                      | 6.2                                     | 8.05        | 31.09           | 222.02                       |                | 48    |
| Кисель молочный                    | 150.0          | 200.0 | 2.100                                       | 2.790       | 22.600          | 128.500                      | 4.200                                   | 3.720       | 30.240          | 171.400                      |                | 384   |
| будерброд с маслом                 | 30\5           | 40\5  | 1 ,83                                       | 5.640       | 10.960          | 102.000                      | 2.440                                   | 7.500       | 14.620          | 136.000                      |                | 1     |
|                                    |                |       |                                             |             |                 |                              |                                         |             |                 |                              |                |       |
| всего                              | 335.0          | 435   | 8 51                                        | 12 92       | 52 26           | 359 65                       | 12.84                                   | 19.27       | 75.95           | 529                          |                | 0     |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК                     |                |       |                                             |             |                 |                              |                                         |             |                 |                              |                |       |
|                                    |                |       |                                             |             |                 |                              |                                         |             |                 |                              |                |       |
| ОБЕД                               |                |       |                                             |             |                 |                              |                                         |             |                 |                              |                |       |
| Суп овощной на курином<br>бульоне  | 150.0          | 200.0 | 2.580                                       | 0.370       | 6.270           | 45.900                       | 3.440                                   | 0.500       | 8.360           | 61.200                       |                | 39    |
| Рыба тушеная с овощами<br>в томате | 50.0           | 70.0  | 14.900                                      | 12.200      | 18.720          | 253.900                      | 21.700                                  | 18.900      | 27.450          | 372.390                      |                | 89    |
| Картофель отварной                 | 100.0          | 150.0 | 1.93                                        | 2.82        | 10.78           | 96.28                        | 2.89                                    | 4.23        | 16.17           | 144.43                       |                | 54    |
| мпот из сухофруктов с "вит         | 150.0          | 180.0 | 0.450                                       | 0, 08       | 23.780          | 23.780                       | 0.540                                   | 0 ,09       | 28.530          | 117.900                      | 35\50          | 402   |
|                                    |                |       |                                             |             |                 |                              |                                         |             |                 |                              |                |       |
| Хлеб пшеничный                     | 30.0           | 30.0  | 1.930                                       | 0.350       | 1.740           | 50.750                       | 2.220                                   | 0.660       | 1.590           | 73.800                       |                | 700   |
| хлеб ржаной                        | 40.0           | 45.0  | 2.600                                       | 0 ,300      | 16, 90          | 81, 60                       | 2 ,24                                   | 0 ,68       | 20.600          | 89.200                       |                | 700   |
| всего                              | 520            | 675   | 24.390                                      | 10, 70      | 69, 260         | 488, 28                      | 33.03                                   | 15, 43      | 106, 2          | 858.92                       |                | 0     |
| ПОЛДНИК                            |                |       |                                             |             |                 |                              |                                         |             |                 |                              |                |       |
| Ватрушка с творогом                | 50             | 80    | 5.240                                       | 5.450       | 14, 220         | 76, 36                       | 8.380                                   | 2.540       | 26.400          | 145.000                      |                | 72    |
| Чай с сахаром                      | 150.0          | 170   | 9                                           | 2.3         | 8, 50           | 34, 17                       | 10.8                                    | 0.017       | 11.7            | 44.35                        |                | 34 17 |
|                                    |                |       |                                             |             |                 |                              |                                         |             |                 |                              |                |       |
| всего                              | 200            | 250   | 1.3                                         | 0.615       | 22, 72          | 110, 53                      | 19.18                                   | 2.557       | 38.1            | 189.35                       |                | 200   |
|                                    |                |       |                                             |             |                 |                              |                                         |             |                 |                              |                |       |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ                      | 1055           | 1360  | 25.05                                       | 25, 23      | 144, 24         | 958 46                       | 65.05                                   | 37.26       | 220.25          | 1557.27                      |                | 0     |