

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ "СОШ № 3" Горнозаводска

Демин Н.И.
Демин Н.И./



"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель / Непобедимова Н.Л.



30.03.2026

ДЕТИ ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МОЛОКОМ НАТ. - Н (180)	180	253/2013	5,80	9,81	37,75	262,49
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Обед</u>						
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (200Г)	200	126/2013	1,34	4,84	7,87	80,36
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (130)	130	237/2013	9,63	5,80	40,74	253,66
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ РУБЛЕННЫЕ (60)	60	381/2013	10,61	9,42	5,92	150,89
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	180	508/2013	0,60	0,03	29,67	121,34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
<u>Полдник</u>						
БУЛОЧКА "ОСЕННЯЯ"	60	561/2013	4,49	5,71	33,24	202,37
ЧАЙ-КАРКАДЕ	200	456/2018	0,00	0,00	14,98	59,93
<u>Ужин</u>						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	195/2013	3,92	14,02	20,59	224,23
ЧАЙ С САХАРОМ	200	493/2013	0,00	0,00	15,04	60,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90

Зав. производством

Непова

Калькулятор

Непова

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ "СОШ № 3 г. Горнозаводска

Ваша

И.И. Педмина



"УТВЕРЖДАЮ"

И.П. Непобедимова Н.П.

Руководитель Непобедимова Н.П.



31.03.2026

ДЕТИ ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (200)	200	248/2013	11,00	11,75	38,84	305,11
ЧАЙ С САХАРОМ	200	493/2013	0,00	0,00	15,04	60,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Обед</u>						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 200	203	143/2013	1,79	3,94	8,48	76,55
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 110	110	429/2013	2,38	4,52	15,91	113,84
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (75)	75	345/2013	1,88	2,66	7,35	60,83
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО 180	180	503/2013	0,00	0,00	8,98	35,93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
<u>Полдник</u>						
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ (1-Й ВАРИАНТ)	60	95/2013	1,57	4,63	32,34	177,27
ЧАЙ С САХАРОМ	200	493/2013	0,00	0,00	15,04	60,16
<u>Ужин</u>						
ПУДИНГ РИСОВЫЙ	200	283/2013	7,68	11,55	43,94	310,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14

Зав. производством _____

Калькулятор _____

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ "СОШ № 3 с/п.г.п. с. Горнозаводска

Демин



"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель Непобедимова Н.Л.



01.04.2026

ДЕТИ ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	200	165/2013	5,84	6,14	17,89	150,15
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (10)	10	478/2013	0,10	7,25	0,14	66,21
<u>Обед</u>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-Й ВАРИАНТ) (180)	180	144/2013	1,60	2,85	9,60	70,47
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (130).	130	291/2013	4,92	4,82	31,24	188,00
КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ (60)	60	411/2013	0,42	1,76	4,65	36,11
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	200	503/2013	0,00	0,00	9,98	39,92
<u>Полдник</u>						
ВАФЛИ 50	50	588/2013	1,40	1,65	38,65	175,05
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	519/2013	0,68	0,28	24,63	103,76
<u>Ужин</u>						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	76/2013	1,24	10,16	7,34	125,79
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	300/2013	5,08	4,60	0,28	62,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
ЧАЙ С САХАРОМ	200	493/2013	0,00	0,00	15,04	60,16

Зав. производством _____

Калькулятор _____

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ "СОШ № 2" г. Горнозаводска



Демин А.И.

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель Непобедимова Н.Л.



03.04.2026

ДЕТИ ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (180)	180	258/2013	7,98	11,01	34,45	268,77
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
<u>Обед</u>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (ПЕРЛОВАЯ КРУПА)(200Г)	200	134/2013	2,48	4,38	19,11	125,79
РИС ОТВАРНОЙ (110)	110	414/2013	2,86	3,71	32,74	175,77
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ 50/30 (ТУШКА)	95	405/2013	21,09	22,17	1,93	291,61
СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30	453/2013	0,21	1,52	1,89	22,09
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Полдник</u>						
ВАФЛИ 40	40	588/2013	1,12	1,32	30,92	140,04
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	519/2013	0,68	0,28	24,63	103,76
<u>Ужин</u>						
КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕНЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО(140)	140	428/2013	3,39	14,06	27,61	250,58
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	4/2013	1,64	10,08	9,63	135,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	494/2013	0,06	0,01	15,25	61,32

Зав. производством _____

Калькулятор _____