



Согласно:  
Директор МБОУ "Новоселовская СОШ"  
И.И. Токарева  
2025 г.

Утверждаю:  
ИП Соловьева Л.Л.  
31.08.2025 г.

Циклическое 10-ти дневное меню на 83,47 рублей для обучающихся в дошкольной группе в МБОУ "Новоселовская СОШ"

(Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.-М.: ДеЛи плюс 2017г.)

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Стоимость порции
			Б	Ж	У		
<b>ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ</b>							
<b>1 день</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
182	Каша рисовая жидкая молочная с маслом	210	5.1	10.72	33.42	251	30
376	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15	60	4
3	Бутерброд с сыром	60	6.96	9.96	17.79	180	22
	Фрукт	130	0.43	0	13.65	55.46	39.4
	Хлеб	30	2.37	0.3	14.49	70.14	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>630</b>	<b>14.93</b>	<b>21</b>	<b>94.35</b>	<b>616.6</b>	<b>97.4</b>
<b>2 день</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5.46	5.78	30.46	195.7	10
290	Бройлер цыпленка, тушеный в соусе сметанном с томатом	120	14.33	12.14	4.21	183.6	65.00
376	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15	60	4
	Хлеб	30	2.37	0.3	14.49	70.14	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>22.23</b>	<b>18.24</b>	<b>64.16</b>	<b>509.44</b>	<b>81</b>
<b>3 день</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
312	Пюре картофельное	150	3.06	4.8	20.43	137.25	22
294	Котлета рубленая из птицы	90	12.24	23.52	12.37	310.4	60.00
331	Соус сметанный с томатом	30	0.54	1.5	0.21	24.03	3
376	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15	60	4
	Хлеб	30	2.37	0.3	14.49	70.14	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>18.28</b>	<b>30.14</b>	<b>62.5</b>	<b>601.82</b>	<b>91</b>
<b>4 день</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
182	Каша пшеничная жидкая молочная с маслом	210	7.51	11.72	37.05	285	30
3	Бутерброд с джемом или повидлом	55	2.4	3.87	27.83	156	22
376	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15	60	4
	Хлеб	40	3.16	0.4	19.32	93.52	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>505</b>	<b>13.14</b>	<b>16.01</b>	<b>99.2</b>	<b>594.52</b>	<b>58</b>
<b>5 день</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
291	Плов из бройлер цыпленка	200	20.01	9.94	40.5	331.8	70
71	Овощи натуральные свежие	70	0.49	0.07	1.33	8.4	30.00
	Напиток "Витошка с Витаминами"	200	0	0	19	80	15
	Хлеб	30	2.37	0.3	14.49	70.14	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>22.87</b>	<b>10.31</b>	<b>75.32</b>	<b>490.34</b>	<b>117</b>
<b>ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ</b>							
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	Стоимость порции
			Б	Ж	У		
<b>6 день</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
182	Каша рисовая жидкая молочная с маслом	210	5.1	10.72	33.42	251	30
376	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15	60	4
3	Бутерброд с сыром	60	6.96	9.96	17.79	180	22
	Хлеб	30	2.37	0.3	14.49	70.14	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>14.5</b>	<b>21</b>	<b>80.7</b>	<b>561.14</b>	<b>58</b>
<b>7 день</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5.46	5.78	30.46	195.7	10
294	Котлета рубленая из птицы	90	12.24	23.52	12.37	310.4	60.00
331	Соус сметанный с томатом	30	0.54	1.5	0.21	24.03	3
376	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15	60	4
	Хлеб	30	2.37	0.3	14.49	70.14	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>20.68</b>	<b>31.12</b>	<b>72.53</b>	<b>660.27</b>	<b>79</b>
<b>8 день</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
312	Пюре картофельное	150	3.06	4.8	20.43	137.25	22
279/331	Тефтели 2 в-т, соус сметанный с томатом	90/50	9.52	10.55	12.01	180.7	66.3
376	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15	60	4
	Хлеб	30	2.37	0.3	14.49	70.14	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>520</b>	<b>15.02</b>	<b>15.67</b>	<b>61.93</b>	<b>448.09</b>	<b>94.3</b>
<b>9 день</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
182	Каша пшеничная жидкая молочная с маслом	210	7.51	11.72	37.05	285	30
3	Бутерброд с джемом или повидлом	55	2.4	3.87	27.83	156	22
376	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15	60	4
	Хлеб	40	3.16	0.4	19.32	93.52	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>505</b>	<b>13.14</b>	<b>16.01</b>	<b>99.2</b>	<b>594.52</b>	<b>58</b>
<b>10 день</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8.6	6.093	38.64	243.75	21
294	Котлета рубленая из птицы	90	12.24	23.52	12.37	310.4	60.00
331	Соус сметанный с томатом	30	0.54	1.5	0.21	24.03	3
	Напиток "Витошка с Витаминами"	200	0	0	19	80	15
	Хлеб	30	2.37	0.3	14.49	70.14	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>23.75</b>	<b>31.413</b>	<b>84.71</b>	<b>728.32</b>	<b>101</b>