

# МБОУ СОШ № 8 с/п "Детский сад" Солнышко"

**Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 12 часов**

**31 июля 2026 (пятница)**

| прием<br>пищи                           | наименование<br>блюда                    | вес блюда      |                | пищевые вещества |               |               | энергетическая<br>ценность | №<br>рецепту<br>ры |
|-----------------------------------------|------------------------------------------|----------------|----------------|------------------|---------------|---------------|----------------------------|--------------------|
|                                         |                                          | ясли           | сад            | белки            | жиры          | углеводы      |                            |                    |
| Завтрак                                 | Каша пшеничная<br>молочная               | 150            | 200            | 6,760            | 8,945         | 25,707        | 204,800                    |                    |
|                                         | Кофе с молоком                           | 150            | 150            | 4,478            | 5,088         | 20,035        | 138,000                    |                    |
|                                         | Батон йодированный                       | 25             | 33             | 2,25             | 0,77          | 15,16         | 78,90                      |                    |
|                                         | Сыр                                      | 15             | 15             | 5,110            | 5,270         | 0,393         | 69,300                     |                    |
| <b>Итого за<br/>завтрак:</b>            |                                          | <b>340,00</b>  | <b>398,00</b>  | <b>18,60</b>     | <b>20,07</b>  | <b>61,29</b>  | <b>491,00</b>              |                    |
|                                         |                                          |                |                |                  |               |               |                            |                    |
|                                         | Сок                                      | 150,00         | 117,00         | 0,40             | 0,00          | 11,700        | 50,00                      |                    |
| <b>итого за<br/>второй<br/>завтрак:</b> |                                          | <b>150,00</b>  | <b>117,00</b>  | <b>1,00</b>      | <b>0,00</b>   | <b>25,40</b>  | <b>110,00</b>              |                    |
|                                         |                                          |                |                |                  |               |               |                            |                    |
| Обед                                    | Суп крестьянский на<br>курином бульоне   | 150,000        | 200,000        | 2,248            | 5,213         | 7,717         | 83,494                     |                    |
|                                         | Котлеты куриные                          | 60,000         | 70,000         | 8,617            | 10,900        | 10,831        | 165,770                    |                    |
|                                         | Рожки отварные                           | 80,000         | 110,000        | 3,043            | 3,974         | 21,849        | 129,940                    |                    |
|                                         | Соус томатно-<br>молочный                | 30,000         | 30,000         | 1,269            | 3,168         | 3,897         | 49,230                     |                    |
|                                         | Компот из свежих<br>яблок                | 150,000        | 200,000        | 0,108            | 0,000         | 18,129        | 69,600                     |                    |
|                                         | Хлеб пшеничный                           | 20,000         | 30,000         | 2,460            | 0,348         | 14,334        | 71,700                     |                    |
|                                         | Хлеб дарницкий                           | 20,000         | 30,000         | 3,510            | 0,545         | 23,150        | 108,000                    |                    |
| <b>Итого за<br/>обед:</b>               |                                          | <b>510,00</b>  | <b>670,00</b>  | <b>21,26</b>     | <b>24,15</b>  | <b>99,91</b>  | <b>677,73</b>              |                    |
|                                         |                                          |                |                |                  |               |               |                            |                    |
| Полдник                                 | Кефир без сахара                         | 150,00         | 157,00         | 6,000            | 5,000         | 8,000         | 102,000                    |                    |
| <b>Итого за<br/>полдник:</b>            |                                          | <b>150,00</b>  | <b>157,00</b>  | <b>6,00</b>      | <b>5,00</b>   | <b>8,00</b>   | <b>102,00</b>              |                    |
|                                         |                                          |                |                |                  |               |               |                            |                    |
| Ужин                                    | Омлет натуральный                        | 120,000        | 140,000        | 9,925            | 10,040        | 5,737         | 207,520                    |                    |
|                                         | Салат картофельный с<br>зелёным горошком | 50,000         | 60,000         | 1,448            | 4,180         | 7,672         | 68,320                     |                    |
|                                         | Чай с лимоном                            | 150,000        | 200,000        | 0,210            | 0,031         | 18,288        | 63,536                     |                    |
|                                         | Хлеб пшеничный                           | 20,000         | 20,000         | 1,640            | 0,232         | 9,556         | 47,800                     |                    |
| <b>итого за<br/>ужин</b>                |                                          | <b>340,000</b> | <b>420,000</b> | <b>13,223</b>    | <b>14,483</b> | <b>41,253</b> | <b>387,176</b>             |                    |

Ответственная за питание зав.склад    Глущенко В.В.

Зам. директора Позднышева О.А.