



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий СП "Детский сад № 8":

Л.А.Творогова

Заведующий СП

Экономист

СД

Итого

Меню на 21 июля 2025 г.

ГБОУ ООШ № 39 г. Сызрани  
по структурному подразделению "Детский сад № 8"

| № | Наименование блюд                                | Ясли       |                     |           | Сад        |                     |           |
|---|--------------------------------------------------|------------|---------------------|-----------|------------|---------------------|-----------|
|   |                                                  | Выход блюд | Энергетич. ценность | Стоимость | Выход блюд | Энергетич. ценность | Стоимость |
|   | ЗАВТРАК                                          |            |                     |           |            |                     |           |
| 1 | Каша рассыпчатая гречневая с маслом и сахаром    | 130,0      | 107,90              | 5,26      | 150,0      | 121,20              | 5,37      |
| 2 | Батон                                            | 30,0       | 70,50               | 1,60      | 38,5       | 90,40               | 2,06      |
| 3 | Сыр (порционно)                                  | 10,0       | 36,00               | 6,20      | 10,0       | 36,00               | 6,20      |
| 4 | Чай с лимоном                                    | 150,0      | 29,00               | 1,13      | 180,0      | 41,00               | 1,96      |
|   | ИТОГО                                            |            | 243,40              | 14,19     |            | 288,60              | 15,59     |
|   | 2 ЗАВТРАК                                        |            |                     |           |            |                     |           |
| 1 | Яблоко                                           | 100        | 114,5               | 9,5       | 100        | 114,5               | 9,5       |
|   | ИТОГО                                            |            | 114,50              | 9,50      |            | 114,50              | 9,50      |
|   | ОБЕД                                             |            |                     |           |            |                     |           |
| 1 | Борщ вегетарианский мелкошинкованный со сметаной | 150,0      | 72,00               | 4,50      | 200,0      | 95,40               | 5,98      |
| 2 | Котлета "Особая" из говядины                     | 53,0       | 175,00              | 32,48     | 53,0       | 175,00              | 32,48     |
| 3 | Рагу овощное                                     | 100,0      | 129,00              | 7,70      | 130,0      | 134,20              | 10,15     |
| 4 | Свежий огурец (порц.)                            | 45,0       | 24,70               | 3,60      | 45,0       | 24,70               | 3,60      |
| 5 | Компот из сухофруктов                            | 150,0      | 81,00               | 2,55      | 160,0      | 112,70              | 2,71      |
| 6 | Хлеб ржаной                                      | 40,0       | 70,00               | 1,25      | 45,3       | 94,50               | 1,41      |
|   | ИТОГО                                            |            | 551,70              | 52,08     |            | 636,50              | 56,33     |
|   | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК                              |            |                     |           |            |                     |           |
| 1 | Омлет натуральный                                | 65,0       | 144,30              | 19,47     | 85,0       | 177,00              | 24,67     |
| 2 | Салат из моркови                                 | 40,0       | 21,00               | 1,57      | 40,0       | 21,00               | 1,57      |
| 3 | Батон                                            | 30,0       | 70,50               | 1,60      | 38,3       | 89,90               | 2,05      |
| 4 | Бифидок                                          | 140,0      | 70,90               | 11,20     | 157,0      | 80,20               | 12,56     |
|   | ИТОГО                                            |            | 306,70              | 33,84     |            | 368,10              | 40,85     |
|   | ВСЕГО                                            |            | 1216,30             | 109,61    |            | 1407,70             | 122,27    |

|                     |                                                  |       |        |       |       |        |       |
|---------------------|--------------------------------------------------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|
| 1                   | Яблоко                                           | 100   | 114,5  | 9,5   | 100   | 114,5  | 9,5   |
|                     | ИТОГО                                            |       | 114,50 | 9,50  |       | 114,50 | 9,50  |
| ОБЕД                |                                                  |       |        |       |       |        |       |
| 1                   | Борщ вегетарианский мелкошинкованный со сметаной | 150,0 | 72,00  | 4,50  | 200,0 | 95,40  | 5,98  |
| 2                   | Котлета "Особая" из говядины                     | 53,0  | 175,00 | 32,48 | 53,0  | 175,00 | 32,48 |
| 3                   | Рагу овощное                                     | 100,0 | 129,00 | 7,70  | 130,0 | 134,20 | 10,15 |
| 4                   | Свежий огурец (порц.)                            | 45,0  | 24,70  | 3,60  | 45,0  | 24,70  | 3,60  |
| 5                   | Компот из сухофруктов                            | 150,0 | 81,00  | 2,55  | 160,0 | 112,70 | 2,71  |
| 6                   | Хлеб ржаной                                      | 40,0  | 70,00  | 1,25  | 45,3  | 94,50  | 1,41  |
|                     | ИТОГО                                            |       | 551,70 | 52,08 |       | 636,50 | 56,33 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК |                                                  |       |        |       |       |        |       |
| 1                   | Омлет натуральный                                | 65,0  | 144,30 | 19,47 | 85,0  | 177,00 | 24,67 |
| 2                   | Салат из моркови                                 | 40,0  | 21,00  | 1,57  | 40,0  | 21,00  | 1,57  |
| 3                   | Батон                                            | 30,0  | 70,50  | 1,60  | 38,3  | 89,90  | 2,05  |
| 4                   | Бифидок                                          | 140,0 | 70,90  | 11,20 | 157,0 | 80,20  | 12,56 |
|                     | ИТОГО                                            |       | 306,70 | 33,84 |       | 368,10 | 40,85 |