ДоронинаТН

О="СПДС ""Золотой колосок""", CN= ДоронинаТН, E= o_cu_doo_zk_hrysch_stv@samara.edu.ru

2026.11.20 12:52:36 +04'00'

ГБОУ лицей с.Хрящевка

18 ноября 2026 г.

**Меню Дети Золотой колосок** | **Меню Ясли Золотой колосок**

| Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Выход | Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Выход |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | | Белки | Жиры | Углеводы | ККал | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | |
| 4,100 | 3,500 | 17,330 | 118,800 | КАКАО | 200 | 3,100 | 2,600 | 13,000 | 89,100 | КАКАО | 150 |
| 0,080 | 0,200 | 0,500 | 4,700 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35 | | | | | | |
| | | | | | | 0,060 | 0,100 | 0,300 | 3,400 | БуТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 |
| 6,210 | 7,470 | 25,090 | 192,000 | КАША МАННАЯ вязкая молочная | 200 | 5,220 | 6,500 | 20,350 | 176,000 | КАША МАННАЯ вязкая молочная | 150 |
| **Второй завтрак** | | | | | | | | | | | |
| 0,170 | 0,170 | 3,315 | 15,980 | яблоко | 85 | 0,170 | 0,170 | 3,315 | 15,980 | яблоко | 85 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | |
| 12,920 | 7,910 | 31,066 | 152,640 | ЩИ ИЗ СВ,КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ!!! | 200 | 11,630 | 7,120 | 27,950 | 130,900 | ЩИ ИЗ СВ,КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ!!! | 180 |
| 13,800 | 5,580 | 34,260 | 238,700 | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ тех.карта | 150 | 11,500 | 4,650 | 28,550 | 198,900 | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ тех.карта | 130 |
| 0,600 | | 14,600 | 58,600 | КОМПОТ ИЗ С/Ф | 200 | 0,400 | | 7,950 | 52,740 | КОМПОТ ИЗ С/Ф | 180 |
| 2,400 | 0,400 | 15,100 | 71,000 | хлеб пшеничный | 30 | 2,370 | 0,300 | 14,490 | 70,500 | хлеб пшеничный | 20 |
| 3,400 | 0,700 | 20,100 | 95,000 | хлеб ржаной | 50 | 3,300 | 0,600 | 16,700 | 87,000 | хлеб ржаной | 40 |
| | | | | | | 12,420 | 11,190 | 12,590 | 201,150 | котлеты из кур в томат.соусе | 79 |
| 14,100 | 12,710 | 14,310 | 214,670 | котлета из кур в том.соусе | 95 | | | | | | |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | |
| 0,470 | 0,020 | 21,100 | 80,640 | КИСЕЛЬ | 180 | 0,400 | 0,018 | 17,590 | 67,200 | КИСЕЛЬ | 150 |
| 1,800 | 2,900 | 18,700 | 104,200 | пченье | 25 | 1,800 | 2,900 | 18,700 | 104,200 | пченье | 25 |
| **Ужин** | | | | | | | | | | | |
| 9,010 | 12,510 | 2,240 | 156,250 | Омлет натуральный с маслом | 110 | 7,210 | 10,010 | 1,790 | 125,000 | Омлет натуральный с маслом | 85 |
| 0,900 | 0,180 | 16,200 | 45,500 | фруктовый сок | 100 | 0,900 | 0,180 | 16,200 | 45,500 | фруктовый сок | 100 |
| 2,400 | 0,400 | 15,100 | 71,000 | хлеб пшеничный | 30 | 2,370 | 0,300 | 14,490 | 70,500 | хлеб пшеничный | 20 |
| 0,745 | 4,540 | 3,730 | 61,000 | салат из отв.свеклы с сол.огурцом | 60 | 0,560 | 3,410 | 2,800 | 45,750 | салат из отв.свеклы с сол.огурцом | 40 |
| **73** | **59** | **253** | **1 681** | | **1 750** | **63** | **50** | **217** | **1 484** | | **1 459** |

*Руководитель* Доронина Т.Н.