Утверждаю:
Директор МБОУ "Гуринская СОШ"
_____ Пономарева Н. С.

"Детский сад д. Гурина"

Меню на 09.11. 2026 г.

белки	жиры	углеводы	эн. ценность	№ п/п	Наименование блюда	выход , гр	
						0-3 года	3-7 лет
завтрак							
7,8	9,46	35,8	257	1	Каша пшенная	200	200
0,03/1,52(1,95)	4,12/0,16(0,25)	0,05/9,84(13)	37,4/47(58,75)	2	Бутерброд с маслом	20/0,05	25/0,05
0,09/0,1	0	13,5/15	54/60	3	Чай с сахаром	180	200
				4			
				5			
2 завтрак							
0,4/36	0,4/0	9,8/15,74	47/47	1	Яблоки/сок	100	100
обед							
0,3/0,6	3,06/6,12	1,05/2,1	33/66	1	Салат из свежих помидор	30	60
0,96/1,28	3,045/4,06	10,23/13,64	72,15/96,2	2	Суп с крупой	150	200
11,8/13,8	12,4/14,4	15,9	248	3	Гуляш из мяса птицы	60	70
2/2,6	6,75/7,425	8/9,68	100,5/136	4	Рис отварной	100	110
0,375/05	0	20,25/27	82,5/110	5	Компот из сухофруктов	150	200
10/(13)	0,76/099	4,92/6,39	23,5/30,55	6	Хлеб пшеничный	24	30
				7			
				8			
полдник							
0,98/1,4	1,15/1,65	27,05/38,65	122,5/175	1	Печенье	12	20
5,22/5,8	4,5/5	4,5/5	95,4/106	2	Кисель	180	200
				3			

Заведующий: _____Климова З.В.
Повар:_____Кольчурина А.С.

Сканировано с CamScanner

Утверждаю
Директор МБОУ "Гуринская СОШ"
_____ Пономарева Н. С.

"Детский сад д. Гурина"

Меню на 10.11. 2026 г.

белки	жиры	углеводы	эн. ценность	№ п/п	Наименование блюда	выход , гр	
						0-3 года	3-7 лет
завтрак							
6,4	11,4	35,6	271,2	1	Каша ячневая	200	200
0,03/1,52(1,95)	4,12/0,16(0,25)	0,05/9,84(13)	37,4/47(58,75)	2	Бутерброд с маслом	20/0,05	25/0,05
2,88/3,2	2,43/2,7	14,31/15,9	71,1/79	3	Кофейный напиток на молоке	180	200
				4			
				5			
2 завтрак							
0,4/36	0,4/0	9,8/15,74	47/47	1	Яблоки/сок	100	100
				2			
обед							
0,63/1,26	3,03/6,06	2,79/5,58	40,8/81,6	1	Винегрет овощной	30	60
1,62/2,16	1,71/2,28	11,29/15,06	66,75/89	2	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200
9/10,5	6,42/7,5	5,57/6,5	113,1/132	3	Котлета куриная	60	70
2,31/2,52	4,84/5,28	11,99/13,08	101,2/110,4	4	Картофельное пюре	100	120
0,375/05	0	20,25/27	82,5/110	5	Компот из сухофруктов	150	200
10/(13)	0,76/099	4,92/6,39	23,5/30,55	6	Хлеб пшеничный	24	30
				7			
				8			
полдник							
3,7	1, 7	40,9	194	1	Ватрушка с повидлом	50/10	60/10
5,22/5,8	4,5/5	4,5/5	95,4/106	2	Кисель	150	200
				3			

Заведующий: _____ Климова З.В.
Повар: _____ Кольчурина А.С.

Сканировано с CamScanner

Утверждаю:
Директор МБОУ "Гуринская СОШ"
_____ Пономарева Н. С.

"Детский сад д. Гурина"

Меню на 11.11. 2026 г.

белки	жиры	углеводы	эн. ценность	№ п/п	Наименование блюда	выход , гр	
						0-3 года	3-7 лет
завтрак							
5,54	8,6	32,4	229,4	1	Каша рисовая	200	200
0,03/1,52(1,95)	4,12/0,16(0,25)	0,05/9,84(13)	37,4/47(58,75)	2	Бутерброд с маслом	20/0,05	25/0,05
0,09/0,1	0	13,5/15	54/60	3	Чай с сахаром	180	200
				4			
				5			
2 завтрак							
0,4/36	0,4/0	9,8/15,74	47/47	1	Яблоки/сок	100	100
				2			
обед							
0,21/0,42	3,03/6,06	0,6/1,2	30,6/61,2	1	Салат из свежей капусты с морковью	30	60
1,24/0,14(1,66/0,16)	3,12/1(4,16/1,2)	7,68/0,2(10,2/024)	63,75/10,3(85/12,36)	2	Рассольник Ленинградский со сметаной	150/5	200/5
8,34/9,73	1,26/1,47	5,76/6,72	67,8/79,1	3	Котлета рыбная	60	70
2,31/2,52	4,84/5,28	11,99/13,08	101,2/110,4	4	Картофельное пюре	100	110
0,375/05	0	20,25/27	82,5/110	5	Компот из сухофруктов	150	200
0,114/0,285	0,4/1	0,49/1,24	6,05/15,12	6	Соус белый	10	25
10/(13)	0,76/099	4,92/6,39	23,5/30,55	7	Хлеб пшеничный	24	30
				8			
полдник							
3,07/4,1	5,47/7,3	29,47/39,3	179,24/239	1	Коржик молочный	45	60
2,88/3,2	2,43/2,7	14,31/15,9	71,1/79	2	Кофейный напиток на молоке	180	200
				3			

Заведующий: _____ Климова З.В.
Повар: _____ Кольчурина А.С.

Сканировано с CamScanner

Утверждаю
Директор МБОУ "Гуринская СОШ"
Пономарева Н. С.

"Детский сад д. Гурина"

Меню на 12.11 2026 г.

белки	жиры	углеводы	эн. ценность	№ п/п	Наименование блюда	выход , гр	
						0-3 года	3-7 лет
завтрак							
7,16	9,4	28,8	228,4	1	Каша геркулесовая	200	200
0,03/1,52(1,95)	4,12/0,16(0,25)	0,05/9,84(13)	37,4/47(58,75)	2	Бутерброд с маслом	20/0,05	25/0,05
2,88/3,2	2,43/2,7	14,31/15,9	71,1/79	3	Кофейный напиток на молоке	180	200
				4			
				5			
2 завтрак							
0,4/36	0,4/0	9,8/15,74	47/47	1	Яблоки/сок	100	100
				2			
обед							
0,63/1,26	3,03/6,06	2,79/5,58	40,8/81,6	1	Салат из моркови	30	60
1,62/2,16	1,71/2,28	11,29/15,06	66,75/89	2	Щи из свежей капусты со сметаной	150/5	200/6
9/10,5	6,42/7,5	5,57/6,5	113,1/132	3	Биточки/котлета мясная	60	70
2/2,2	6,75/7,42	8/9,68	100,5	4	Макаронные изделия	100	120
0,114/0,285	0,4/1	0,49/1,24	6,05/15,12	5	Соус белый	20	25
0,375/05	0	20,25/27	82,5/110	6	Компот из свежих яблок	150	200
10/(13)	0,76/099	4,92/6,39	23,5/30,55	7	Хлеб пшеничный	24	30
				8			
полдник							
4,03/0,72(6,04/0,72)	6,2/0,85(8,68/0,85)	19,06/5,55(28,6/5,55)	194,5/32,8(291,7/32,8)	1	Блины со сгущеным молоком	50/10	75/10
5,22/5,8	4,5/5	4,5/5	95,4/106	2	Кисель	150	200
				3			

Заведующий: _____Климова З.В.
Повар: _____Кольчурина А.С.

Сканировано с CamScanner

Утверждаю.
Директор МБОУ "Гуринская СОШ"
Пономарева Н. С.

"Детский сад д. Гурина"

Меню на 13.11. 2026 г.

белки	жиры	углеводы	эн. ценность	№ п/п	Наименование блюда	выход , гр 0-3 года	выход , гр 3-7 лет
завтрак							
5,26	11,6	25,06	226,2	1	Каша "Дружба"	200	200
0,03/1,52(1,95)	4,12/0,16(0,25)	0,05/9,84(13)	37,4/47(58,75)	2	Бутерброд с маслом	20/0,05	25/0,05
2,88/3,2	2,43/2,7	14,31/15,9	71,1/79	3	Чай с молоком	180	200
				4			
				5			
2 завтрак							
0,4/36	0,4/0	9,8/15,74	47/47	1	Яблоки/сок	100	100
				2			
обед							
0,93/1,86	3,42/6,84	2,94/5,88	46,2/92,4	1	Салат картофельный с зеленым горошком	30	60
0,14/1,305(0,16/1,74)	1/2,67(1,2/3,56)	0,2/7,21(0,24/9,62)	10,03/58,2(12,36/77,6)	2	Свекольник	150/5	200/6
8,04/9,38	4,32/5,04	1,86/2,17	77,4/90,3	3	Рыба,припущенная в молоке	60	70
2,31/2,52	4,84/5,28	11,99/13,08	101,2/110,4	4	Картофельное пюре	100	120
0,375/05	0	20,25/27	82,5/110	5	Компот из свежих яблок/сухофруктов	150	200
10/(13)	0,76/099	4,92/6,39	23,5/30,55	6	Хлеб пшеничный	24	30
				7			
				8			
полдник							
5,1	4,6	0,3	63	1	Вафли	12	20
0,09/0,1	0	13,5/15	54/60	2	Чай с сахаром	180	200
				3			

Заведующий: Климова З.В.
Повар: Кольчурина А.С

Сканировано с CamScanner