

СОГЛАСОВАНО:

Директор
МБОУ
Средняя общеобразовательная школа № 1
(детского отделения)

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
Филиал "В Городском округе Королёв"
ООО "Орион"
Сычугов А.С.

МЕНЮ НА понедельник 1 недели

2025

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
1 день	ПОНЕДЕЛЬНИК										
Завтрак:	Каша жидкая молочная овсяная (геркулес, масло сливочное, молоко, сахар)	180	150	6,94	5,81	8,74	7,33	24,02	19,85	202,71	168,75
	Яйцо отварное (яйцо куриное)	50	50	5,95	5,95	5,05	5,05	0,30	0,30	70,70	70,70
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Чай с молоком и сахаром (чай, молоко, сахар)	200	180	3,43	3,12	3,41	3,12	12,21	11,07	93,42	85,00
Второй завтрак:	Сок/нектар	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
Итого за завтрак/второй завтрак:		570	510	19,86	17,66	17,62	15,84	66,31	56,08	506,59	440,77
Обед:	Салат из моркови и яблок (морковь, яблоко, масло растительное, соль)	50	30	0,53	0,32	4,50	2,70	3,92	2,35	58,18	34,90
	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной (горошек зеленый консервированный, капуста б/к, картофель, лук, масло растительное, морковь, соль, сметана)	208	187	3,22	2,98	4,06	3,90	14,50	13,43	106,95	100,31
	Плов с курицей (куры, лук, масло растительное, морковь, рис, томатная паста, соль)	200	170	33,04	28,09	30,80	26,21	34,20	29,05	542,74	461,58
	Компот из изюма (сахар, изюм, лимонная кислота)	200	150	0,45	0,34	0,08	0,06	19,15	14,45	79,11	59,72
	Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49
Итого за обед:		703	573	40,21	34,11	39,98	33,30	86,80	71,30	863,84	718,00
Уплотненный полдник:	Запеканка из творога (манка, масло сливочное, молоко, сахар, сметана, творог, яйцо, с ухари панировочные, соль)	150	130	26,77	23,30	16,81	14,62	24,42	21,19	356,57	309,93
	Молоко сгущенное	20	20	1,42	1,42	1,00	1,00	11,04	11,04	58,84	58,84
	Кондитерское изделие	30	30	2,25	2,25	2,94	2,94	22,32	22,32	125,10	125,10
	Кисломолочный напиток	200	180	5,80	5,22	6,40	5,76	8,20	7,38	113,60	102,24
	Фрукты свежие	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
Итого за уплотненный полдник:		500	460	36,64	32,59	27,55	24,72	75,78	71,73	698,51	640,51
Итого за день:		1773	1543	96,71	84,36	85,15	73,86	228,89	199,11	2068,94	1799,28

СОГЛАСОВАНО:



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
Филиал "В Городском округе Королёв"
ООО "Орион"
Свиридов А.С.



МЕНЮ НА вторник 1 недели

2025

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
2 день	ВТОРНИК										
Завтрак:	Каша жидкая молочная манная (манка, масло сливочное, молоко, сахар)	180	150	5,94	5,01	7,46	6,28	24,77	20,54	190,20	158,92
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,04	5,78	4,95	0,06	0,05	52,37	44,89
	Сыр полутвердых сортов	13	8	3,13	1,93	3,98	2,45			48,37	29,74
	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	180	4,40	4,02	4,03	3,69	12,62	11,45	104,62	95,25
Второй завтрак:	Сок/нектар	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
Итого за завтрак/второй завтрак:		540	474	17,05	13,78	21,67	17,71	67,23	56,90	535,32	445,12
Обед:	Икра кабачковая	50	30	0,95	0,57	4,45	2,67	3,85	2,31	59,50	35,70
	Суп картофельный с крупой (рисовой) на мясном бульоне (картофель, лук репчатый, масло растительное, морковь, рис)	200	180	2,22	2,06	4,79	4,59	16,71	15,48	118,47	111,06
	Капуста тушеная с мясом (говядина б/к, капуста б/к, лук репчатый, масло растительное, морковь, мука, томатная паста)	200	170	24,77	20,55	21,02	17,39	18,00	14,36	349,09	286,86
	Компот из свежих плодов (сахар, яблоки)	200	150	0,09	0,07	0,09	0,07	11,94	10,50	48,77	42,76
	Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49
	Итого за обед:	695	566	31,00	25,63	30,89	25,15	65,53	54,67	652,69	537,87
Уплотненный полдник:	Рыба, запеченная в омлете (масло растительное, молоко, мука, рыба, яйцо, соль)	150	150	27,34	27,34	9,67	9,67	6,04	6,04	221,00	221,00
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Сдоба обыкновенная	60	60	5,02	5,02	3,08	3,08	33,63	33,63	182,41	182,41
	Чай с лимоном и сахаром (чай, сахар, лимон)	200	180	0,27	0,24	0,06	0,05	7,35	6,63	30,99	27,95
	Фрукты свежие	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
Итого за уплотненный полдник:		550	520	36,07	35,28	13,53	13,44	76,50	70,86	572,56	546,08
Итого за день:		1785	1560	84,11	74,69	66,09	56,30	209,26	182,43	1760,57	1529,07

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель

МБОУ СОШ № 1

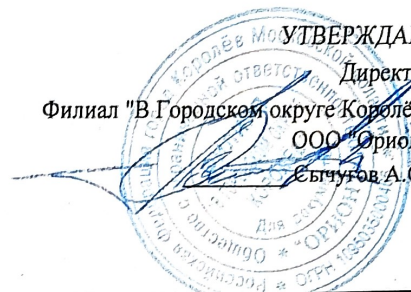
Директор



МЕНЮ НА среда 1 недели

2025

УТВЕРЖДАЮ: Директор
 Филиал "В Городском округе Королёв"
 ООО "Орион"
 Сычугов А.С.



Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
3 день	СРЕДА										
Завтрак:	Каша жидкая молочная гречневая (гречка, масло сливочное, молоко, сахар)	180	150	7,34	6,20	7,40	6,26	24,44	20,42	194,06	163,08
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,04	5,78	4,95	0,06	0,05	52,37	44,89
	Какао с молоком (какао, молоко, сахар)	200	180	4,40	4,02	4,03	3,69	12,72	11,55	105,02	95,65
Второй завтрак:	Сок/нектар	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
	Итого за завтрак/второй завтрак:	527	466	15,32	13,04	17,63	15,24	67,00	56,88	491,21	419,94
Обед:	Салат из свеклы отварной (свекла, масло растительное, соль)	50	30	0,83	0,50	2,26	1,35	4,76	2,85	42,69	25,57
	Суп с рыбными консервами (горбуша) (картофель, лук репчатый, масло сливочное, морковь, рис, рыба консервированная)	200	180	11,82	10,96	5,13	4,77	17,91	16,62	164,76	152,97
	Печень говяжья по-строгановски (масло растительное, масло сливочное, мука, печень говяжья, сметана)	80	60	18,41	13,81	12,98	9,73	6,58	4,95	216,62	162,48
	Картофельное пюре (картофель, масло сливочное, молоко)	130	110	3,34	2,77	5,37	4,59	22,31	18,56	150,35	126,15
	Кисель из апельсинов (апельсин, картофельный крахмал, сахар, лимонная кислота)	200	150	0,71	0,53	0,18	0,13	20,11	15,12	84,76	63,73
	Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49
	Итого за обед:	705	566	38,08	30,95	26,46	21,00	86,70	70,12	736,04	592,39
Уплотненный полдник:	Макароны отварные с сыром (макароны, масло сливочное, сыр)	130	110	8,03	6,82	7,56	6,40	24,80	21,08	199,45	169,29
	Пирожок печеный с капустой (дрожжи, капуста б/к, масло растительное, масло сливочное, молоко, мука, сахар, яйцо)	60	60	5,93	5,93	5,53	5,53	22,86	22,86	164,90	164,90
	Фрукты свежие	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Чай с сахаром (чай, сахар)	200	180	0,21	0,19	0,05	0,05	7,16	6,46	29,88	26,94
	Итого за уплотненный полдник:	530	480	17,61	15,62	13,86	12,62	84,30	74,96	532,39	475,85
	Итого за день:	1762	1512	71,01	59,61	57,95	48,86	238,00	201,96	1759,64	1488,18

Зависимость
мгновенной
температуры



МЕНЮ НА четверг 1 недели

Филиал "В Городском округе Королев"
ООО "Орион"
Сычев А.С.

2025

2025

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
4 день	ЧЕТВЕРГ										
Завтрак:	Каша жидкая молочная кукурузная (кукуруза,масло сливочное,молоко,сахар)	180	150	7,31	6,17	8,22	6,93	32,04	26,75	231,58	194,20
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,04	5,78	4,95	0,06	0,05	52,37	44,89
	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток,молоко,сахар)	200	180	4,40	4,02	4,03	3,69	12,62	11,45	104,62	95,25
Второй завтрак:	Сок/нектар	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
Итого за завтрак/второй завтрак:		527	466	15,29	13,01	18,45	15,91	74,50	63,11	528,33	450,66
Обед:	Огурец соленый	50	30	0,42	0,26	0,05	0,03	0,80	0,50	5,30	3,30
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и мясом (говядина б/к,капуста б/к,картофель,лук репчатый,масло растительное,морковь,свекла,сметана,томатна я паста,лимонная кислота)	208	187	11,62	11,32	11,18	10,76	23,22	21,64	235,65	224,33
	Котлеты из говядины (говядина б/к,масло сливочное,сухари панировочные,хлеб пшеничный)	70	60	13,62	11,48	13,85	11,71	11,93	10,25	220,66	187,08
	Рис отварной (рис,масло сливочное)	130	110	3,12	2,65	4,70	3,99	31,54	26,75	180,94	153,46
	Соус томатный с овощами (лук репчатый,масло сливочное, морковь,мука,томатная паста,сахар)	30	20	0,73	0,49	2,25	1,50	4,32	2,86	40,39	26,84
	Компот из смеси сухофруктов (сахар,сухофрукты)	200	150	0,51	0,38			21,32	16,08	87,28	65,83
	Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49
	Итого за обед:	733	593	32,99	28,96	32,57	28,42	108,16	90,10	847,08	722,33
Уплотненный полдник:	Омлет с зеленым горошком (масло сливочное,молоко,яйцо,горошек зеленый консервированный)	160	130	12,77	10,21	13,89	11,10	6,39	5,11	202,06	161,52
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Напиток яблочный (сахар,яблоки,лимонная кислота)	200	180	0,09	0,08	0,09	0,08	11,94	10,75	48,77	43,93
	Кондитерское изделие	50	30	3,75	2,25	4,90	2,94	37,20	22,32	208,50	125,10
	Фрукты свежие	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
	Итого за уплотненный полдник:	550,00	470,00	20,05	15,22	19,60	14,76	85,01	62,74	597,49	445,27
	Итого за день:	1810	1529	68,33	57,19	70,62	59,09	267,67	215,95	1972,90	1618,26

Взвешивание *дуплет*
 МБФУ *Али* vs
 Косовича *О.Е.* *Пан*

Директор
Филиал "В Городском округе Королёв"
ООО "Орион"
Сычугов А.С.

СЕРВИСНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
ШКОЛА № 1
(дошкольное отделение)
КОМПЕТЕНТНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
КОМПЕТЕНТНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР

МЕНЮ НА пятница 1 недели

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
5 день	ПЯТНИЦА										
Завтрак:	Каша "дружба" молочная (масло сливочное,молоко,пшено,рис,сахар)	180	150	5,76	4,89	7,81	6,60	23,78	19,91	188,76	158,84
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,04	5,78	4,95	0,06	0,05	52,37	44,89
	Какао с молоком (какао,молоко,сахар)	200	180	4,40	4,02	4,03	3,69	12,72	11,55	105,02	95,65
Второй завтрак:	Сок/нектар	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
Итого за завтрак/второй завтрак:		527	466	13,74	11,73	18,04	15,58	66,34	56,37	485,91	415,70
Обед:	Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста б/к, морковь, масло растительное, сахар,лимонная кислота)	50	30	0,97	0,58	4,45	2,67	5,15	3,09	64,47	38,69
	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной (картофель,лук репчатый,масло растительное,морковь,огурцы соленые,рис,сметана)	208	187	3,02	2,79	5,08	4,64	20,47	18,97	139,17	128,40
	Птица в соусе с томатом (куры,томатная паста,морковь,лук репчатый,масло сливочное,сметана,мука)	80	60	16,26	12,20	16,33	12,29	5,70	4,31	233,01	175,34
	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая,соль,масло сливочное)	130	110	7,10	6,02	6,02	5,10	31,19	26,45	207,42	175,88
	Компот из свежих плодов (сахар,яблоки)	200	150	0,09	0,07	0,09	0,07	11,94	10,50	48,77	42,76
	Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49
	Итого за обед:	713	573	30,41	24,04	32,51	25,20	89,48	75,34	769,70	622,56
	Уплотненный полдник:	Жаркое из сердца (картофель,лук репчатый, морковь,сердце говяжье)	200	170	17,85	15,60	3,62	3,16	28,41	23,27	216,95
Булочка ванильная		70	70	5,54	5,54	5,30	5,30	36,17	36,17	214,66	214,66
Хлеб пшеничный		40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
Молоко кипяченое		200	180	5,40	4,86	5,60	5,04	8,60	7,74	106,80	96,12
Итого за уплотненный полдник:		510	450	31,83	28,28	14,84	13,74	92,86	81,94	632,17	564,56
Итого за день:		1750	1489	75,97	64,05	65,39	54,52	248,68	213,65	1887,78	1602,8

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель
директора
по хозяйственной части
А.С. Свечугов

Администрация городского округа Королёв
Общественная организация
ШКОЛА № 1
(дошкольная отделение)
ИП № 102500/2035821 * ОГРН 1025002035821

УТВЕРЖДАЮ:

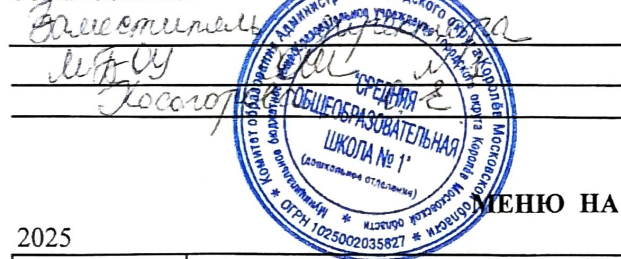
Директор
Филиал "В Городеком округе Королёв"
ООО "Орион"
Свечугов А.С.

МЕНЮ НА понедельник 2 недели

2025

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
6 день	ПОНЕДЕЛЬНИК										
Завтрак:	Каша жидкая молочная пшениная (масло сливочное, молоко, пшено, сахар)	180	150	6,72	5,68	8,04	6,77	26,98	22,53	207,49	174,02
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,04	5,78	4,95	0,06	0,05	52,37	44,89
	Сыр полутвердых сортов	13	8	3,13	1,93	3,98	2,45			48,37	29,74
	Чай с молоком и сахаром (чай, молоко, сахар)	200	180	3,43	3,12	3,41	3,12	12,21	11,07	93,42	85,00
Второй завтрак:	Сок/нектар	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
Итого за завтрак/второй завтрак:		540	474	16,86	13,55	21,63	17,63	69,03	58,51	541,41	449,97
Обед:	Зеленый горошек консервированный	50	30	2,39	1,43	0,15	0,09	5,01	2,99	30,80	18,40
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной (капуста б/к, картофель, лук репчатый, масло растительное, морковь, сметана, томатная паста)	208	187	3,65	3,38	4,18	3,93	19,48	18,06	129,63	120,60
	Бефстроганов из отварной говядины (говядина б/к, морковь, лук репчатый, мука, масло сливочное, сметана)	80	60	13,60	9,94	13,10	9,60	4,88	3,61	185,21	135,78
	Макароны отварные (макароны, масло сливочное)	130	110	4,60	3,89	4,77	4,04	28,48	24,11	175,43	148,54
	Компот из ягод замороженных (сахар, ягоды)	200	180	0,18	0,16	0,08	0,07	11,30	10,16	46,60	41,91
	Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49
	Итого за обед:	713	603	27,39	21,18	22,82	18,16	84,18	70,95	644,53	526,72
Уплотненный полдник:	Запеканка из творога с морковью (манка, масло растительное, молоко, морковь, сахар, сметана, сухари панировочные, творог, яйцо)	150	130	17,24	15,01	12,37	10,80	27,03	23,51	288,74	251,55
	Молоко сгущенное	20	20	1,42	1,42	1,00	1,00	11,04	11,04	58,84	58,84
	Кондитерское изделие	30	30	2,25	2,25	2,94	2,94	22,32	22,32	125,10	125,10
	Кисломолочный напиток	200	180	5,80	5,22	6,40	5,76	8,20	7,38	113,60	102,24
	Фрукты свежие	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
	Итого за уплотненный полдник:	500	460	27,11	24,30	23,11	20,90	78,39	74,05	630,68	582,13
Итого за день:		1753	1537	71,36	59,03	67,56	56,69	231,60	203,51	1816,62	1558,82

СОГЛАСОВАНО:



УТВЕРЖДАЮ:



МЕНЮ НА вторник 2 недели

2025

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
7 день	ВТОРНИК										
Завтрак:	Каша жидкая молочная манная (манка, масло сливочное, молоко, сахар)	180	150	5,94	5,01	7,46	6,28	24,77	20,54	190,20	158,92
	Яйцо отварное (яйцо куриное)	50	50	5,95	5,95	5,05	5,05	0,30	0,30	70,70	70,70
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Какао с молоком (какао, молоко, сахар)	200	180	4,40	4,02	4,03	3,69	12,72	11,55	105,02	95,65
Второй завтрак:	Сок/нектар	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
	Итого за завтрак/второй завтрак:	570	510	19,83	17,76	16,96	15,36	67,57	57,25	505,68	441,59
Обед:	Огурец соленый	50	30	0,42	0,26	0,05	0,03	0,80	0,50	5,30	3,30
	Свекольник на мясном бульоне со сметаной (картофель, лук репчатый, масло растительное, морковь, свекла, сметана, томатная паста)	208	187	4,15	3,85	3,37	3,11	26,15	24,27	151,04	140,01
	Гуляш из говядины (говядина б/к, лук репчатый, масло сливочное, мука, томатная паста)	80	60	15,46	11,32	14,96	10,97	6,10	4,62	213,25	156,93
	Каша гречневая рассыпчатая (гречка, масло сливочное)	130	110	7,10	6,02	6,02	5,10	31,19	26,45	207,42	175,88
	Компот из смеси сухофруктов (сахар, сухофрукты)	200	150	0,51	0,38			21,32	16,08	87,28	65,83
	Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49
	Итого за обед:	713	573	30,61	24,21	24,94	19,64	100,59	83,94	741,15	603,44
Уплотненный полдник:	Тефтели рыбные, тушеные в соусе томатном с овощами (лук репчатый, масло растительное, морковь, рыба св., томатная паста, хлеб пшеничный, мука, сахар, лимонная кислота, масло сливочное)	80	60	14,34	10,76	3,36	2,55	12,28	9,28	136,71	103,17
	Картофельное пюре (картофель, масло сливочное, молоко)	130	110	3,34	2,77	5,37	4,59	22,31	18,56	150,35	126,15
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Сдоба обыкновенная	60	60	5,02	5,02	3,08	3,08	33,63	33,63	182,41	182,41
	Компот из яблок с лимоном (яблоки, лимон, сахар)	200	180	0,18	0,17	0,10	0,09	12,26	11,07	50,58	45,66
	Итого за уплотненный полдник:	510	440	25,92	21,00	12,23	10,55	100,16	87,30	613,81	527,71
	Итого за день:	1793	1523	76,36	62,97	54,13	45,55	268,32	228,49	1860,64	1572,74

СОГЛАСОВАНО:

Зачекина И.С.МЕНЮ НА среда 2 недели

2025

Филиал "В Городском округе Королёв"

ООО "Орион"

Сычугов А.С.



Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
8 день	СРЕДА										
Завтрак:	Каша жидкая молочная овсяная (геркулес, масло сливочное, молоко, сахар)	180	150	6,94	5,81	8,74	7,33	24,02	19,85	202,71	168,75
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,04	5,78	4,95	0,06	0,05	52,37	44,89
	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	180	4,40	4,02	4,03	3,69	12,62	11,45	104,62	95,25
Второй завтрак:	Сок/нектар	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
Итого за завтрак/второй завтрак:		527	466	14,92	12,65	18,97	16,31	66,48	56,21	499,46	425,21
Обед:	Икра кабачковая	50	30	0,95	0,57	4,45	2,67	3,85	2,31	59,50	35,70
	Суп картофельный с крупой (пшено) и курами (картофель, куры, лук репчатый, масло растительное, морковь, пшено)	200	180	8,07	7,80	6,04	5,90	26,10	24,21	189,86	180,03
	Голубцы ленивые (говядина б/к, капуста б/к, лук репчатый, масло растительное, рис)	200	170	17,82	17,04	17,16	16,23	16,07	13,20	282,24	259,31
	Компот из свежих плодов (сахар, яблоки)	200	150	0,09	0,07	0,09	0,07	11,94	10,50	48,77	42,76
	Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49
	Итого за обед:	695	566	29,90	27,86	28,28	25,30	72,99	62,24	657,23	579,29
Уплотненный полдник:	Винегрет с растительным маслом (картофель, лук репчатый, морковь, свекла, огурцы соленые, масло растительное)	110	110	1,67	1,67	9,92	9,92	9,49	9,49	133,64	133,64
	Биточки из говядины (говядина б/к, масло сливочное, молоко, хлеб пшеничный, сухари панировочные)	80	60	16,56	12,42	16,63	12,47	13,89	10,41	263,93	197,95
	Булочка ванильная	70	70	5,54	5,54	5,30	5,30	36,17	36,17	214,66	214,66
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Кисель из апельсинов (апельсины, сахар, картофельный крахмал, лимонная кислота)	200	180	0,71	0,64	0,18	0,16	20,11	18,04	84,76	76,04
	Итого за уплотненный полдник:	500	450	27,52	22,55	32,35	28,09	99,34	88,87	790,75	692,61
Итого за день:		1722	1482	72,33	63,06	79,60	69,70	238,81	207,32	1947,44	1697,11

СОГЛАСОВАНО:

Зачислено в детскую группу №1
Хасанов Р.А.



УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Филиал "В Городском округе Корольев"
ООО "Орион"
Сидуров А.С.

МЕНЮ НА четверг 2 недели

2025

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
9 день	ЧЕТВЕРГ										
Завтрак:	Каша жидкая молочная рисовая (рис, масло сливочное, молоко, сахар)	180	150	5,58	4,74	6,78	5,74	27,01	22,55	191,61	161,02
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Масло сливочное	7	6	0,04	0,04	5,78	4,95	0,06	0,05	52,37	44,89
	Сыр полутвердых сортов	13	8	3,13	1,93	3,98	2,45			48,37	29,74
	Какао с молоком (какао, молоко, сахар)	200	180	4,40	4,02	4,03	3,69	12,72	11,55	105,02	95,65
Второй завтрак:	Сок/нектар	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
Итого за завтрак/второй завтрак:		540	474	16,69	13,51	20,99	17,17	69,57	59,01	537,13	447,62
Обед:	Салат из свеклы отварной (свекла, масло растительное, соль)	50	30	0,83	0,50	2,26	1,35	4,76	2,85	42,69	25,57
	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне (вермишель, картофель, лук репчатый, масло растительное, морковь)	200	180	4,76	4,43	2,54	2,48	33,12	30,79	173,75	162,65
	Суфле из курицы (куры, масло сливочное, молоко, мука, яйцо)	80	60	21,89	15,42	24,24	17,33	2,71	1,83	314,75	223,52
	Рагу из овощей (капуста б/к, картофель, лук репчатый, масло растительное, морковь, томатная паста, сметана, мука, масло сливочное)	130	110	4,44	3,72	6,19	5,26	24,75	20,74	171,76	144,58
	Компот из ягод замороженных (сахар, ягоды)	200	180	0,18	0,16	0,08	0,07	11,30	10,16	46,60	41,91
	Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49
	Итого за обед:	705	596	35,07	26,61	35,85	26,92	91,67	78,39	826,41	659,72
Уплотненный полдник:	Запеканка из творога (манка, масло сливочное, молоко, сахар, сметана, творог, яйцо, сахари панировочные, соль)	150	130	26,77	23,30	16,81	14,62	24,42	21,19	356,57	309,93
	Соус молочный сладкий (масло сливочное, мука, сахар, молоко)	20	20	0,49	0,49	1,01	1,01	3,16	3,16	23,70	23,70
	Кондитерское изделие	30	30	2,25	2,25	2,94	2,94	22,32	22,32	125,10	125,10
	Фрукты свежие	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
	Молоко кипяченое	200	180	5,40	4,86	5,60	5,04	8,60	7,74	106,80	96,12
Итого за уплотненный полдник:		500	460	35,31	31,30	26,76	24,01	68,30	64,21	656,57	599,25
Итого за день:		1745	1530	87,07	71,42	83,60	68,10	229,54	201,61	2020,11	1706,59

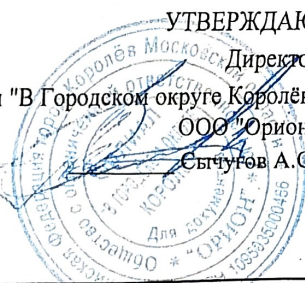
СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора
МБОУ "Школа № 1"
Королевский район



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
Филиал "В Городском округе Королёв"
ООО "Орион"
Сычугов А.С.



МЕНЮ НА пятницу 2 недели

2025

Приём пищи	Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)		Белки (г)		Жиры (г)		Углеводы (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
		от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 1 до 3 лет
10 день	ПЯТНИЦА										
Завтрак:	Каша жидкая молочная гречневая (гречка, масло сливочное, молоко, сахар)	180	150	7,34	6,20	7,40	6,26	24,44	20,42	194,06	163,08
	Яйцо отварное (яйцо куриное)	50	50	5,95	5,95	5,05	5,05	0,30	0,30	70,70	70,70
	Хлеб пшеничный	40	30	3,04	2,28	0,32	0,24	19,68	14,76	93,76	70,32
	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	200	180	4,40	4,02	4,03	3,69	12,62	11,45	104,62	95,25
Второй завтрак:	Сок/нектар	100	100	0,50	0,50	0,10	0,10	10,10	10,10	46,00	46,00
Итого за завтрак/второй завтрак:		570	510	21,23	18,95	16,90	15,34	67,14	57,03	509,14	445,35
Обед:	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками (капуста б/к, морковь, яблоки, масло растительное, лимонная кислота)	50	30	0,80	0,48	4,49	2,69	3,34	2,00	56,82	34,08
	Суп картофельный с горохом и мясом (горох, картофель, лук репчатый, масло растительное, морковь, говядина)	200	180	14,10	13,63	10,64	10,30	32,22	29,95	276,33	262,47
	Гренки из пшеничного хлеба	15	10	1,37	0,86	0,14	0,09	8,86	5,56	42,19	26,49
	Котлета рыбная Любительская (лук репчатый, морковь, масло сливочное, рыба св., молоко, хлеб пшеничный, яйцо)	80	60	15,05	11,29	3,81	2,86	7,28	5,45	123,63	92,72
	Картофельное пюре (картофель, масло сливочное, молоко)	130	110	3,34	2,77	5,37	4,59	22,31	18,56	150,35	126,15
	Компот из смеси сухофруктов (сахар, сухофрукты)	200	150	0,51	0,38			21,32	16,08	87,28	65,83
	Хлеб ржаной	45	36	2,97	2,38	0,54	0,43	15,03	12,02	76,86	61,49
	Итого за обед:	720	576	38,14	31,79	24,99	20,96	110,36	89,62	813,46	669,23
Уплотненный полдник:	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком (горошек зеленый консервированный, картофель, масло растительное, морковь, яйцо)	50	30	1,70	1,02	3,24	1,94	6,43	3,85	61,48	36,88
	Оладьи из печени по-кунцевски (масло сливочное, мука, печень говяжья, яйцо, морковь)	80	60	14,53	10,90	9,99	7,53	13,56	10,17	202,16	152,00
	Ватрушка с повидлом (дрожжи, масло растительное, молоко, мука, повидло, сахар, яйцо)	80	80	4,79	4,79	2,13	2,13	50,72	50,72	241,32	241,32
	Чай с молоком и сахаром (чай, молоко, сахар)	200	180	3,43	3,12	3,41	3,12	12,21	11,07	93,42	85,00
	Фрукты свежие	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40
	Итого за уплотненный полдник:	510	450	24,85	20,23	19,17	15,12	92,72	85,61	642,78	559,60
Итого за день:		1800	1536	84,22	70,97	61,06	51,42	270,22	232,26	1965,38	1674,18