



Меню
« 14 » _____ апрель _____ 2023 г.
5 день

Завтрак учащихся от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	Салат из квашеной капусты	40	0,40	2,02	2,68	30,69	47
2	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	9,64	12,20	13,94	233,22	249
3	Пюре картофельное	120	2,22	3,50	14,28	97,91	312
4	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379
5	Хлеб пшеничный	35	2,52	0,28	17,22	82,25	Н
6	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н
	Итого за завтрак	515	18,74	20,86	72,56	585,17	
	Дополнительное питание: фрукт (банан, груша, апельсин)	270					

Обед учащихся от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	6,28	5,04	18,72	126,34	104
2	Салат из квашеной капусты	60	0,59	3,03	4,02	46,04	47
3	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	9,64	12,20	13,94	233,22	249
4	Пюре картофельное	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312
5	Компот из сухофруктов	200	0,22	0,00	15,88	63,2	349
6	Хлеб пшеничный 40	40	2,88	0,32	19,68	94	Н
7	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н
	Итого	780	23,80	25,18	105,03	749,38	
	Дополнительное питание: фрукт (банан, груша, апельсин)	270					

Повар

В.В.Васильев



« 14 » _____ апрель _____ 2023 г.
5 день

Завтрак учащихся с ОВЗ от 7 до 11 лет 1 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	150	6,61	7,85	27,84	208,42	173
2	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15
3	Масло (порциями)	10	0,13	6,15	0,17	56,6	14
4	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379
5	Хлеб пшеничный	35	2,52	0,28	17,22	82,25	Н
6	Фрукты св, (яблоко, груша, апельсин, слива, нектарин)	100	0,40	0,30	10,30	47	338
	Итого за завтрак	515	17,32	20,20	70,01	565,37	

Обед учащихся с ОВЗ от 7 до 11 лет 1 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	6,28	5,04	18,72	126,34	104
2	Салат из квашеной капусты	60	0,59	3,03	4,02	46,04	47
3	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	9,64	12,20	13,94	233,22	249
4	Пюре картофельное	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312
5	Компот из сухофруктов	200	0,22	0,00	15,88	63,2	349
6	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н
7	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н
	Итого	785	24,48	25,31	107,08	751,5	
	Дополнительное питание: фрукт (банан, груша, апельсин)	270					

Повар



Меню

« 14 » _____ апрель _____ 2023 г.

5 день

Обед учащихся с ОВЗ от 7 до 11 лет 2 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	6,28	5,04	18,72	126,34	104
2	Салат из квашеной капусты	60	0,59	3,03	4,02	46,04	47
3	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	9,64	12,20	13,94	233,22	249
4	Пюре картофельное	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312
5	Компот из сухофруктов	200	0,22	0,00	15,88	63,2	349
6	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н
7	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н
	Итого за завтрак	785	24,48	25,31	107,08	751,5	
	Дополнительное питание: фрукт (банан, груша, апельсин)	270					

Полдник учащихся от 7 до 11 лет 2 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод ы		
1	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	120	5,29	6,28	22,27	166,74	173
2	Кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6,00	79,5	386-1
3	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н
	Фрукты св, (яблоко, груша, апельсин, слива, нектарин)	100	0,90	0,10	9,00	44	338
	Итого	300	11,08	10,19	38,11	293,24	

Повар Синков Р.А. Баламеев



Меню

« 14 » апрель 2023г.

5 день

Завтрак учащихся от 12 до 18 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	Салат из квашеной капусты	75	0,74	3,79	5,02	57,55	47
2	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	9,64	12,20	13,94	233,22	249
3	Пюре картофельное	180	3,33	5,26	21,42	146,86	312
4	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379
5	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н
6	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н
	Итого за завтрак	625	21,02	24,50	89,48	694,13	

Повар

[Подпись]



Меню

« 14 » апрель 2023 г.

5 день

Завтрак учащихся с ОВЗ от 12 лет и старше 1 смена

№ п\п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич . ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево ды		
1	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	220	9,70	11,51	40,83	305,69	173
2	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15
3	Масло (порциями)	10	0,13	6,15	0,17	56,6	14
4	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379
5	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н
6	Фрукты (яблоко/груша/апельсин)	100	0,40	0,30	10,30	47	338
	Итого за завтрак	590	20,77	23,90	85,46	674,39	

Обед учащихся от 12 лет и старше 1 смена

№ п\п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич . ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево ды		
1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,85	6,30	23,40	157,92	104
2	Салат из квашеной капусты	100	0,99	5,05	6,70	76,73	47
3	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	9,64	12,20	13,94	233,22	249
4	Пюре картофельное	180	3,33	5,26	21,42	146,86	312
5	Компот из сухофруктов	200	0,22	0,00	15,88	63,2	349
6	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н
7	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н
	Итого	910	27,79	29,41	120,94	857,53	

Повар

В. В. Беляев



Меню

« 14 » апрель 2023 г.

5 день

Обед учащихся с ОВЗ от 12 лет и старше 2 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич · ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево ды		
1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,85	6,30	23,40	157,92	104
2	Салат из квашеной капусты	100	0,99	5,05	6,70	76,73	47
3	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	9,64	12,20	13,94	233,22	249
4	Пюре картофельное	180	3,33	5,26	21,42	146,86	312
5	Компот из сухофруктов	200	0,22	0,00	15,88	63,2	349
6	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н
7	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н
	Итого за завтрак	910	26,79	29,41	120,94	857,53	

Полдник учащихся от 12 лет и старше 2 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич · ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево ды		
1	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	160	7,06	8,37	29,70	222,32	173
2	Кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6,00	79,5	386-1
3	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н
4	Фрукты св, (яблоко, груша, апельсин, слива)	100	0,40	0,40	9,80	47	338
	Итого	450	14,69	12,84	56,18	342,82	

Повар



Меню
«_14_» _____ апрель _____ 2023 г.
5 день

Обед учащихся от 12 лет и старше 2 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич . ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево ды		
1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,85	6,30	23,40	157,92	104
2	Салат из квашеной капусты	100	0,99	5,05	6,70	76,73	47
3	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	9,64	12,20	13,94	233,22	249
4	Пюре картофельное	180	3,33	5,26	21,42	146,86	312
5	Компот из сухофруктов	200	0,22	0,00	15,88	63,2	349
6	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н
7	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н
	Итого	900	26,32	29,34	115,96	836,13	

Повар В. Баранович