



Утверждаю директор

Меню
« 26 » _____ апрель _____ 2023 г.
3 день

Завтрак учащихся от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Зеленый горошек консервированный	40	1,24	0,08	2,60	16	197/1	10,72
2	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	100/5	10,85	9,55	7,97	147,17	234	51,44
3	Рис отварной	80	1,94	2,86	19,57	111,84	304	9,27
4	Компот из св, фруктов (яблоко)	200	0,22	0,22	15,46	64,22	348	5,71
5	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	Н	1,40
6	Мучное кондитерское изделие (кекс)	65	4,20	2,65	28,35	182	Н	20,11
	Дополнительное питание: сок 0,2 кондитерское изделие в индивид. упаковке							38
	Итого за завтрак	510	19,39	15,50	83,91	564,03		136,65

Обед учащихся от 7 до 11 лет

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	5,48
2	Зеленый горошек консервированный	60	1,86	0,12	3,90	24	197/1	16,08
3	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	100/5	10,85	9,55	7,97	147,17	234	51,44
4	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,69	209,7	304	17,85
5	Компот из св, фруктов (яблоко)	200	0,22	0,22	15,46	64,22	348	5,71
6	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	2,10
7	Мучное кондитерское изделие (кекс)	65	4,20	2,65	38,35	182	Н	20,11
	Дополнительное питание: сок 0,2 кондитерское изделие в индивид. упаковке							38
	Итого за обед	805	26,39	23,72	118,45	786,79		156,77

Повар Малайшинева



Меню
« 26 » _____ апрель _____ 2023 г.
3 день

Завтрак учащихся с ОВЗ от 7 до 11 лет 1 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Овощи по сезону (помидор, огурец) в нарезке	40	0,24	0,08	1,68	7,96	70	4,37
2	Омлет натуральный	150	12,04	15,94	4,83	162,31	210	40,91
3	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	4,55
4	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н	2,88
5	Мучное кондитерское изделие (кекс)	65	5,20	0,65	38,35	182	Н	20,11
	Итого за завтрак	500	21,18	17,12	76,77	548,29		72,82

Обед учащихся с ОВЗ от 7 до 11 лет 1 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	5,47
2	Зеленый горошек консервированный	60	1,86	0,12	3,90	24	197/1	16,08
3	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	100/5	10,67	9,57	12,10	152,38	234	51,44
4	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,69	209,7	304	17,85
5	Компот из св, фруктов (яблоко)	200	0,22	0,22	15,46	64,22	348	5,70
6	Хлеб пшеничный 40	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	2,55
7	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	2,10
	Дополнительное питание: сок 0,2, кондитерское изделие в индивид. упаковке							38
	Итого за обед	780	24,89	23,41	120,91	734		139,19
	Итого							212,01

Повар Михайленко В.В.



Меню
« 26 » апрель 2023 г.
3 день

Обед учащихся с ОВЗ от 7 до 11 лет 2 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	5,47
2	Зеленый горошек консервированный	60	1,86	0,12	3,90	24	197/1	16,08
3	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	100/5	10,85	9,55	7,97	147,17	234	51,44
4	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,69	209,7	304	17,84
5	Компот из св, фруктов (яблоко)	200	0,22	0,22	15,46	64,22	348	5,70
6	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	2,10
7	Мучное кондитерское изделие (кекс)	65	5,20	0,65	38,35	182	Н	20,11
	Итого за завтрак	855	26,39	23,72	118,45	786,79		118,74

Полдник учащихся от 7 до 11 лет 2 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Омлет натуральный	120	9,64	9,55	3,86	129,85	210	32,87
2	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	4,55
3	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	1,92
	Дополнительное питание: сок 0,2, кондитерское изделие в индивид упаковке							38
	Итого за полдник	350	12,05	9,95	37,53	278,83		77,34
	Итого							196,08

Повар Галактионов Т.В.



Утверждаю директор

Меню

« 26 » апрель 2023г.

3 день

Завтрак учащихся от 12 до 18 лет

№ п\п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Зеленый горошек консервированный	75	2,32	0,15	4,88	30	197/1	20,14
2	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	100/5	10,85	9,55	7,97	147,17	234	51,44
3	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64	304	19,82
4	Компот из св, фруктов (яблоко)	200	0,22	0,22	15,46	64,22	348	5,71
5	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	2,56
6	Мучное кондитерское изделие (кекс)	65	4,20	2,65	28,35	182	Н	20,11
	Итого за завтрак	660	23,84	19,33	93,37	697,03		119,78

Повар

Малайшикова



Меню

« 26 » апрель 2023 г.

3 день

Завтрак учащихся с ОВЗ от 12 лет и старше 1 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Овощи по сезону (помидор, огурец) в нарезке	100	0,60	0,20	4,20	19,9	70	10,92
2	Омлет натуральный	200	16,06	15,92	6,44	216,42	210	57,38
3	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	4,55
4	Хлеб пшеничный 40	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	2,56
5	Мучное кондитерское изделие (кекс)	65	5,20	0,65	38,35	182	Н	20,11
	Итого за завтрак	605	24,88	19,09	78,85	653,22		95,52

Обед учащихся от 12 лет и старше 1 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белк и	Жиры	Углеводы			
1	Суп-лапша домашняя	250	5,25	7,00	26,42	119,38	113	6,73
2	Зеленый горошек консервированный	100	3,10	0,20	6,50	40	197/1	26,80
3	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	100/5	14,85	9,55	7,97	147,17	234	51,44
4	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64	304	19,82
5	Компот из св, фруктов (яблоко)	200	0,22	0,22	15,46	64,22	348	5,70
6	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	2,56
7	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	2,80
	Итого	910	32,55	27,01	139,98	802,01		115,85

Повар

Григорьев Т.В.



Утверждаю директор

Меню

« 26 » апрель 2023 г.

3 день

Обед учащихся с ОВЗ от 12 лет и старше 2 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Суп-лапша домашняя	250	5,25	7,00	26,42	119,38	113	6,73
2	Зеленый горошек консервированный	100	3,10	0,20	6,50	40	197/1	26,80
3	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	100/5	14,85	6,55	7,97	147,17	234	51,44
4	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64	304	19,82
5	Компот из св, фруктов (яблоко)	200	0,22	0,22	15,46	64,22	348	5,70
6	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	2,80
7	Мучное кондитерское изделие (кекс)	65	5,20	0,65	38,35	182	Н	20,11
	Итого за завтрак	935	34,87	27,34	158,65	890,01		133,40

Полдник учащихся от 12 лет и старше 2 смена

№ п/п	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
1	Омлет натуральный	150	12,04	11,94	4,83	162,31	210	40,91
2	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	4,55
3	Хлеб пшеничный 40	40	2,88	0,32	19,68	94	Н	2,56
	Итого за полдник	390	15,06	12,26	34,69	317,21		48,02
	Итого							181,42

Повар Романова Д.В.