

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
 На 15 мая 2024г (среда)
 ШКОЛЬНИКИ 7-10 ЛЕТ**

№ рецептуры	Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. Ценн. Ккал
			белки, г	жиры, г	углев., г	
	Завтрак					
105	Фрикадельки мясные с соусом	35	6,98	4,1	0,26	68,64
302	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,52	6,53	36,17	255,3
382	Какао с молоком	200	3,87	3,48	22,9	138
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	9,82	59
	Итого за 'Завтрак '	515	25,04	15,01	83,64	581,44
	Обед					
50	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	2,93	5,71	4,88	83,06
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	5,83	4,56	13,59	118,8
291	Плов из мяса	200	12,4	16,34	45,39	387,2
342	компот из чернослива	200	0,16	0,16	27,88	114,6
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99
	Итого за 'Обед '	740	28,08	21,06	116,15	819,74
	Итого за день	1255	53,12	36,07	199,79	1401,18

ШКОЛЬНИКИ 11-18 ЛЕТ

№ рецептуры	Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. ценность ккал
			белки, г	жиры, г	углев., г	
	Завтрак					
105	Фрикадельки мясные с соусом	35	6,98	4,1	0,26	68,64
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,23	7,83	43,41	306,36
382	Какао с молоком	200	3,87	3,48	22,9	138
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99
	Итого за 'Завтрак '	495	26,75	16,31	100,88	682,5
	Обед					
50	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	4,88	9,52	8,13	138,43
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,29	5,7	16,99	148,5
291	Плов из мяса	250	12,4	16,34	45,39	387,2
342	компот из чернослива	200	0,16	0,16	27,88	114,6
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99
	Итого за 'Обед '	880	34,48	28,93	128,14	979,83
	Итого за день	1375	61,23	45,24	229,02	1662,33

Индивидуальный предприниматель:
 Фельдшер:
 Ответственная по питанию



Политова А.П.
 Филиппова А.Д.
 Хатанзеева Т.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
На 17 мая 2024г (пятница)

№ рецептуры	Наименование блюда ШКОЛЬНИКИ 7-10 ЛЕТ	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. Ценн. Ккал
			белки, г	жиры, г	углев., г	
Завтрак						
168	Каша овсяная молочная жидкая	205	7,72	10	33,14	239,21
	Конфета шоколадная	10	3,5	8	27	65
377	Чай с лимоном и сахаром	207	0,1	0,02	10	40,11
428	Булочка с сахаром	50	4,52	4,93	27,89	173,9
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99
	Итого за 'Завтрак '	552	17,14	13,69	112,47	649,96
Обед						
23	Помидоры консервированные	60	0,68	3,71	2,83	47,46
88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на бульоне	200/10	5,1	8,04	6,61	125,63
143	Рагу овощное с мясом	250	4,34	12,54	20,74	215,04
342	Компот из свежих яблок витаминизированный	200	0,39	0,16	18,82	76,9
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99
	Итого за 'Обед'	790	34,62	36,25	106,7	849,79
	Итого за день	1442	51,76	49,94	219,17	1499,75

ШКОЛЬНИКИ 11-18 ЛЕТ

№ рецептуры	Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. ценность ккал
			белки, г	жиры, г	углев., г	
Завтрак						
168	Каша овсяная молочная жидкая	205	7,72	10	33,14	239,21
	Конфета шоколадная	10	3,5	8	27	65
377	Чай с лимоном и сахаром	207	0,1	0,02	10	40,11
428	Булочка с сахаром	50	4,52	4,93	27,89	173,9
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99
	Итого за 'Завтрак '	552	19,31	16,32	121,66	700,28
Обед						
23	Помидоры консервированные	100	1,13	6,19	4,72	79,1
88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на бульоне 250/10	260	6,37	10,06	8,26	157,04
143	Рагу овощное с мясом	280	4,34	12,54	20,74	215,04
342	Компот из свежих яблок витаминизированный	200	0,39	0,16	18,82	76,9
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99
	Итого за 'Обед'	940	36,34	40,75	110,24	912,84
	Итого за день	1582	55,65	57,07	231,9	1613,12

Индивидуальный предприниматель:
 Фельдшер:
 Ответственная по питанию



Политова А.П.
 Филиппова А.Д.
 Хатанзеева Т.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
На 20 мая 2024г (понедельник)

№ рецептуры	Наименование блюда ШКОЛЬНИКИ 7-10 ЛЕТ	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. Ценн. Ккал
			белки, г	жиры, г	углев., г	
	Завтрак					
168	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	205	5,2	6,54	27,06	189,59
	Шоколад	90	5,7	17,9	58	422
376	Чай с сахаром	200	0,04	0,01	9,79	37,48
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Итого за 'Завтрак '	525	13,31	24,75	109,29	697,57
	Обед					
50	Зеленый горошек консервиров.	60	1,86	0,12	3,9	24
95	Рассольник домашний	250	6,43	8,7	12,95	165,59
243	Сосиски отварные	80	10,8	7,02	0,08	106,84
309	Макаронны отварные	200	6,51	5,57	35,86	201,11
331	Соус томатный	30	0,54	1,47	2,1	24,03
	Напиток витаминизированный Витошка	200	0	0	19,4	75
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
302	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99
	Итого за 'Обед '	900	31,81	23,78	108,54	766,07
	Итого за день	1425	45,12	48,53	217,83	1463,64

ШКОЛЬНИКИ 11-18 ЛЕТ

№ рецептуры	Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. ценность ккал
			белки, г	жиры, г	углев., г	
	Завтрак					
168	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	255	6,2	6,54	27,06	189,59
	Шоколад	90	5,7	17,9	58	422
376	Чай с сахаром	200	0,04	0,01	9,79	37,48
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Итого за 'Завтрак '	575	14,31	34,75	109,34	719,57
	Обед					
50	Зеленый горошек консервиров.	100	3,1	0,2	6,5	40
95	Рассольник домашний	250	6,43	8,7	12,95	165,59
243	Сосиски отварные	100	13,5	8,8	0,1	133,6
309	Макаронны отварные	200	6,6	5,5	39,5	241
331	Соус томатный	30	0,54	1,47	2,1	24,03
	Напиток витаминизированный Витошка	200	0	0	19,4	75
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,82	99
	Итого за 'Обед '	960	35,84	25,57	114,86	848,72
	Итого за день	1860	67,65	49,35	223,4	1614,79

Индивидуальный предприниматель:

Политова А.П

Фельдшер:

Ответственная по питанию

Филиппова А.Д.

Хатанзеева Т.В.

