

Утверждаю
И.И. Шаралова К.Б.



Согласовано
Директор МБОУ Саранпaulьской
средней общеобразовательной школы
Г.М. Артеева

« »



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на 27 января 2025г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда(гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ,ккал
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г	
Завтрак						
120	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,00	5,00	17,00	132,00
	Плоды свежие	100	1,00	0,30	27,00	105,00
377	Чай с лимоном	222	0,13	0,02	15,21	60
	Бутерброд с сыром	60	2,00	12,00	5,00	210,00
	Хлеб пшеничный	60	5,00	0,30	30,00	140,00
	Итого за Завтрак	620	13,13	17,62	94,21	647,00
Обед						
24	Салат из свежих овощей	90	0,60	3,70	2,10	43,80
96	Солянка сборная мясная	250	9,40	10,00	13,40	181,00
309	Макаронные изделия отварные	150	5,60	5,00	29,60	184,50
243	Сосиски отварные	90	9,40	18,60	2,90	207,00
	Хлеб пшеничный	40	3,00	0,40	18,60	94,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,10	6,60	34,70
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,00
	Итого за Обед	840	30,20	38,00	93,40	831
	Итого за день	1460	43,33	55,62	187,61	1478

Фельдшер

Ответственная по питанию

Филиппова А.Д.

Филиппова А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на 28 января 2025г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда(гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ,ккал
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г	
Завтрак						
186	Каша ячневая молочная вязкая	200	7,30	7,30	34,90	233,8
	Пицца школьная	60	6,30	6,78	19,32	163,26
268	Чай с сахаром витаминизированный	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Конфета шоколадная	20	7,00	34,00	53,00	110,00
	Хлеб пшеничный	60	4,60	0,40	29,60	140,40
	Итого за Завтрак	540	25,40	48,58	146,12	685,46
Обед						
244	Салат витаминный	90	0,60	3,70	2,10	43,80
111	Суп с макаронными изделиями с мясом	250	9,70	9,00	12,30	169,3
165	Жаркое по домашнему	200	8,50	6,40	37,70	242,20
	Хлеб пшеничный	40	3,00	0,40	18,60	94,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,10	6,60	34,70
	Компот из свежих плодов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	Итого за Обед	930	35,10	34,30	104,40	875
	Итого за день	1470	60,50	82,88	250,52	1560,46

Фельдшер
 Ответственная по питанию

Филиппова А.Д.
 Филиппова А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на 29 января 2025г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда(гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ,ккал
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г	
Завтрак						
204	Макароны отварные с сыром	200	12,00	10,00	35,30	280,00
	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,00
382	Какао с молоком	200	3,60	3,30	25,00	144,00
	Бутерброд с маслом сливочным	60	2,4	11,5	5	210,00
	Хлеб пшеничный	40	3,00	0,40	18,60	94,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,10	6,60	34,70
	Итого за Завтрак	620	22,60	25,70	100,30	806,70
Обед						
40	Салат из свежих овощей	90	0,60	3,70	2,10	43,80
62	Борщ с мясом со сметаной	250	8,70	9,30	7,10	146,50
185	Плов	200	12,20	13,50	10,90	215,80
	Шоколадная конфета	30	0,6	5,76	10,08	94,5
	Хлеб пшеничный	40	3,00	0,40	18,60	94,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,10	6,60	34,70
	Компот из свежих плодов	200	1,00	0,10	15,70	66,9
	Итого за Обед	760	26,90	32,86	75,48	713,30
	Итого за день	1380	49,50	58,56	175,78	1520

Фельдшер

Ответственная по питанию

Филиппова А.Д.
Филиппова А.В.

Филиппова А.Д.

Филиппова А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на 30 января 2025г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда(гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ,ккал
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г	
Завтрак						
182	Каша жидкая молочная рисовая (с маслом и сахаром)	200	5,00	6,00	33,00	202,00
428	Булочка школьная	100	9,20	3,30	62,30	315
377	Чай с лимоном	200	0,10	0,10	15,20	62,00
	Бутерброд с повидлом	60	1,60	3,80	23,40	134,00
	Хлеб пшеничный	40	3,00	0,40	18,60	94,00
	Итого за Завтрак	600	18,90	13,60	152,50	807,00
Обед						
45	Салат из свежих овощей	90	0,90	3,60	5,00	56,40
140	Суп гороховый с мясом	250	9,40	8,20	7,80	142,30
	Картофельное пюре (с маслом)	200	4,00	5,00	29,00	176,00
	Рыбная котлета	100	19,00	20,00	0,00	256,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,10	6,60	34,70
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,00
	Хлеб пшеничный	40	3,00	0,40	18,60	94,00
	Итого за Обед	870	38,50	37,50	87,20	845,40
	Итого за день	1470	57,40	51,10	239,70	1652,40

Фельдшер

Ответственная по питанию

Ф.И.П.

Филиппова А.Д.

Филиппова А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

на 31 января 2025г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда(гр.)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	
Завтрак						
259	Каша молочная «Дружба»	200	5,10	6,40	26,90	186,00
1564	Бутерброд с маслом сливочным	60	2,00	12,00	5,00	210,00
	Хлеб пшеничный	40	3,00	0,40	18,60	34,70
	Шоколадный батончик вафельный Боярушка	38	2,00	11,00	23,00	213,00
377	Чай с лимоном	200	0,10	0,10	15,20	62,00
	Итого за Завтрак	538	12,20	29,90	88,70	705,70
Обед						
	Горох консервированный	60	1,30	0,20	6,70	34,80
108	Суп с клецками с мясом	250	9,70	9,00	12,30	169,30
128	Каша гречневая	200	4,00	5,00	29,00	176,00
	Гуляш из говядины	130	20,00	19,50	3,30	258,00
	Хлеб пшеничный	60	4,60	0,40	29,60	140,40
195	Компот из изюма	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	Итого за Обед	900	40,20	34,20	101,00	862,50
	Итого за день	1438	52,40	64,10	189,70	1568,20

Фельдшер

Ответственная по питанию

Филиппова А.Д.

Филиппова А.В.