

Утверждаю:
Тузлукова Е.И.



Согласовано:
Попова И.В.



МЕНЮ
для «Начальной школы»
на «07 апреля 2025 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 34								
День 1								
Завтрак 1 смена	Каша "Дружба"	0,200	23,45	5	5,9	24	168,9	54-16к
	Какао с молоком	0,200	22,40	4,7	3,5	12,5	100,4	54,21
	Яблоко	0,100	20,00	4,6	5,9	0	71,7	54-1з
	Хлеб пшеничный	0,040	3,36	3	0,3	19,7	93,8	пром
Итого за завтрак			69,21	15.7	10.6	79.4	475.8	
Обед 2 смена	Помидор в нарезке	0,060	17,50	0,7	0,1	2,3	12,8	54-3з
	Суп из овощей	0,200	12,36	1.4	3.7	8.1	71.2	54-17с
	Пюре картофельное	0,150	34,08	4,5	5,5	26,5	173,7	54-10г
	Тефтели из говядины с рисом	0,090	34,73	13	13,2	7,3	199,7	545-16м
	Соус белый основной	0,020	1,80	0,5	0,8	0,9	12,5	54-2соус
	Компот из смеси сухофруктов	0,200	9,63	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Хлеб пшеничный	0,060	3,36	4,6	0,5	29,5	140,6	пром.
Итого за обед			101,10	25.8	24	97.7	708.4	

Технолог

Повар

Утверждаю:
Тузлукова Е.И.



Согласовано:
Попова И.В.



МЕНЮ
для «Начальной школы»
на «08 апреля 2025 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 34								
День 2								
Завтрак 1 смена	Сыр твердых сортов в нарезке	0,010	10,00	7	8,9	0	107,5	54-1з
	Жаркое по домашнему из курицы	0,150	53,63	22,3	5,6	15,8	203	54-28 м
	Чай с сахаром	0,200	2,22	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн
	Хлеб пшеничный	0,040	3,36	3	0,3	19,7	93,8	пром
Итого за завтрак			69,21	29,6	12,5	61,5	477,7	
Обед 2 смена	Винегрет с растительным маслом	0,060	14,48	0,7	5,4	4	67,1	54-16з
	Рис отварной	0,150	18,31	3,6	4,8	36,4	203,5	54-6г
	Рыба тушеная с овощами (минтай)	0,090	40,97	12,8	4,8	6,1	112,3	54-14р
	Соус красный основной	0,030	4,03	0,5	0,8	0,9	12,5	54-2соус
	Компот из кураги	0,200	19,95	1	0,1	15,6	66,9	54-2хн
	Хлеб пшеничный	0,040	3,36	4,6	0,5	29,5	140,6	пром.
Итого за обед			101,10	29,9	23,2	113,9	783	

Технолог _____

Повар _____

Утверждаю:

Тузлукова Е.И.



Согласовано:

Попова И.В.



МЕНЮ
для «Начальной школы»
на «09 апреля 2025 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 34								
День 3								
Завтрак 1 смена	Огурец в нарезке	0,050	17,50	4,6	5,9	0	71,7	54-1з
	Рагу из овощей	0,150	25,00	2,9	7,5	13,6	133,3	54-9г
	Фрикадельки из мяса птицы	0,050	16,56	17,2	3,9	12	151,8	54-5м
	Чай с лимоном и сахаром	0,180	4,10	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3гн
	Соус красный основной	0,020	2,69	0,5	0,8	0,9	12,5	54-2соус
	Хлеб пшеничный	0,040	3,36	3	0,3	19,7	93,8	пром
Итого за завтрак			69,21	30,5	18,2	65,3	546,8	
Обед: 2 смена	Салат из свеклы с курагой и изюмом	0,050	9,76	0,78	3,06	6,77	57,7	32
	Каша перловая рассыпчатая	0,150	17,68	2,9	7,5	13,6	133,3	54-9г
	Котлета из говядины	0,060	53,92	16,4	15,7	14,8	265,1	54-4м
	Соус красный основной	0,030	4,03	0,5	0,8	0,9	12,5	54-2соус
	Компот из свежих яблок	0,200	12,35	0,2	0,1	9,9	41,6	54-32хн
	Хлеб пшеничный	0,040	3,36	4,6	0,5	29,5	140,6	пром.
Итого за обед			101,10	32,5	18,8	112,3	747,7	

Технолог

Повар

Утверждаю:

Тузлукова Е.И.



Согласовано:

Попова И.В.



МЕНЮ
для «Начальной школы»
на «11 апреля 2025 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 34								
День 5								
Завтрак	Винегрет с растительным маслом	0,050	12,07	0,5	6,1	4,3	74,3	54-11з
	Плов с курицей	0,150	51,56	24,5	7,3	29,9	283,2	54-12м
	Чай с сахаром	0,200	2,22	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн
	Хлеб пшеничный	0,040	3,36	3	0,3	19,7	93,8	Пром
Итого за завтрак			69,21					
Обед 2 смена	Сырок творожный	0,040	21,21					
	Макароны отварные	0,150	15,90	5,3	4,9	32,8	196,8	54-1г
	Гуляш из мяса птицы	0,090	49,93	13,5	14	2,1	188,3	54-1м
	Компот из смеси сухофруктов	0,200	10,70	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Хлеб пшеничный	0,040	3,36	4,6	0,5	29,5	140,6	пром.
Итого за обед			101,10	36,8	24,2	120,8	848	

Технолог

Повар
