

Утверждаю:
Банникова Е.В.



Согласовано:
Горбунова О.А.



МЕНЮ
для «Начальной школы»
на «09 декабря 2024 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 14								
День 1								
Завтрак 1 смена	Каша "Дружба"	200	25,36	5	5,9	24	168,9	54-16к
	Чай с молоком и сахаром	200	9,61	1,6	1,1	8,6	50,9	54-4гн
	Сыр твердых сортов в нарезке	0,030	27,00	4,6	5,9	0	71,7	54-1з
	Хлеб пшеничный	40	2,66	3	0,3	19,7	93,8	пром
Итого за завтрак			64,63	15,7	10,6	79,4	475,8	
Обед 2 смена	Салат из белокочанной капусты	0,050	9,38	1,5	6,1	6,2	85,8	54-7з
	Пюре картофельное	0,150	32,19	4,5	5,5	26,5	173,7	54-10г
	Тефтели из говядины с рисом	0,060	37,67	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	10,70	0,5	0	19,8	81	54-1хн
	Хлеб пшеничный	0,040	2,66	4,6	0,5	29,5	140,6	пром.
Итого за обед			94,40	29,97	25,81	147,1	944,5	

Технолог

Повар



Утверждаю:
Банникова Е.В.



Согласовано:
Горбунова О.А.

МЕНЮ
для «Начальной школы»
на «10 декабря 2024 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 14								
День 2								
Завтрак 1 смена	Салат из белокочанной капусты	0,060	9,38	1,5	6,1	6,2	85,8	54-7з
	Жаркое по домашнему из курицы	0,180	50,37	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	2,66	3	0,3	19,7	93,8	пром
Итого за завтрак			64,63	29,6	12,5	61,5	477,7	
Обед 2 смена	Салат из моркови и яблок	0,060	10,61	0,5	6,1	4,3	74,3	54-11з
	Рис отварной	0,150	18,31	3,6	4,8	36,4	203,5	54-6г
	Рыба тушеная с овощами (минтай)	0,100	42,87	12,8	4,8	6,1	112,3	54-14р
	Компот из кураги	0,200	19,95	1	0,1	15,6	66,9	54-2хн
	Хлеб пшеничный	0,060	2,66	4,6	0,5	29,5	140,6	пром.
Итого за обед			94,40	29,9	23,2	113,9	783	

Технолог

Julia

Повар

Утверждаю:

Банникова Е.В.



Согласовано:

Горбунова О.А.



МЕНЮ
для «Начальной школы»
на «11 декабря 2024 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 14								
День 3								
Завтрак 1 смена	Сыр твердых сортов в нарезке	0,015	12,00	4,6	5,9	0	71,7	54-1з
	Рагу из овощей	0,150	24,01	2,9	7,5	13,6	133,3	54-9г
	Котлета из курицы	0,050	21,40	17,2	3,9	12	151,8	54-5м
	Чай с лимоном и сахаром	0,200	4,56	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3гн
	Хлеб пшеничный	0,040	2,66	3	0,3	19,7	93,8	пром
Итого за завтрак			64,63	30,5	18,2	65,3	546,8	
Обед: 2 смена	Рагу из овощей	0,150	24,01	2,9	7,5	13,6	133,3	54-9г
	Котлета из говядины	0,070	57,64	16,4	15,7	14,8	265,1	54-4м
	Компот из свежих яблок	0,200	10,09	0,2	0,1	9,9	41,6	54-32хн
	Хлеб пшеничный	0,040	2,66	4,6	0,5	29,5	140,6	пром.
Итого за обед			94,40	32,5	18,8	112,3	747,7	

Технолог

Е.В. Банникова

Повар



Утверждаю:
Башикова Е.В.

Е.В. Башикова

Согласовано:
Горбунова О.А.



МЕНЮ
для «Начальной школы»
на «12 декабря 2024 год»

Прием пищи	Наименования блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 14 День 4								
Завтрак 1 смена	Макароны отварные с овощами	0,130	24,15	4,7	6,2	26,5	180,7	54-2г
	Курица отварная	0,050	32,78	28,9	22,2	1	139,3	54-21м
	Чай с молоком и сахаром	0,150	5,04	1,6	1,1	8,6	50,9	54-4гн
	Хлеб пшеничный	0,040	2,66	3	0,3	19,7	93,8	пром
Итого за завтрак			64,63	40,1	30,7	66,6	523,7	
Обед: 2 смена	Фрукт в ассортименте	0,100	34,16	0,9	0,2	8,1	37,8	пром
	Макароны отварные	0,150	14,97	5,3	4,9	32,8	196,8	54-1г
	Биточек из курицы	0,080	33,06	17,2	3,9	12	151,8	54-23м
	Соус красный основной	0,030	4,03	0,5	0,8	0,9	12,5	54-2соус
	Кисель	0,200	5,52	0	0	19,6	78,4	122
	Хлеб пшеничный	0,040	2,66	4,6	0,5	29,5	140,6	пром.
	Итого за обед			94,40	35,4	16,3	115,4	749,1

Технолог

Е.В. Башикова

Повар

Утверждаю:

Банникова Е.В.



Согласовано:

Горбунова О.А.



МЕНЮ
для «Начальной школы»
на «13 декабря 2024 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 14								
День 5								
Завтрак	Салат из моркови и яблок	0,060	10,53	0,5	6,1	4,3	74,3	54-11з
	Плов с курицей	0,150	49,22	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	2,66	3	0,3	19,7	93,8	Пром
Итого за завтрак			64,63					
Обед 2 смена	Сырок творожный	0,040	19,76					
	Каша гречневая рассыпчатая	0,150	19,90	8,2	6,3	35,9	233,7	54-4г
	Гуляш из курицы	0,080	41,38	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	2,66	4,6	0,5	29,5	140,6	пром.
Итого за обед			94,40	36,8	24,2	120,8	848	

Технолог

Е.В. Банникова

Повар
