

Утверждаю:
Банникова Е.В.



Согласовано:
Горбунова О.А.



МЕНЮ
для «Начальной школы»
на «18 марта 2024 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 29								
День 1								
Завтрак 1 смена	Каша "Дружба"	200	18,76	5	5,9	24	168,9	54-16к
	Какао с молоком	200	19,99	4,7	3,5	12,5	100,4	54-21гн
	Яблоко	100	23,22	0,4	0,4	9,8	44,4	пром
	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	Суп из овощей	0,150	11,71	1,4	3,7	8,1	71,2	54-17с
	Пюре картофельное	0,150	27,79	4,5	5,5	26,5	173,7	54-10г
	Тефтели из говядины с рисом	0,060	40,04	13	13,2	7,3	199,7	545-16м
	Соус белый основной	0,020	1,50	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 «19 марта 2024 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 29 День 2								
Завтрак 1 смена	Сыр твердых сортов в нарезке	0,015	12,00	4,6	5,9	0	71,7	54-1з
	Жаркое по домашнему из курицы	0,150	47,75	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	Винегрет с растительным маслом	0,050	11,33	0,7	5,4	4	67,1	54-16з
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	0,150	15,70	4,7	5,7	10,1	110,4	54-2с
	Рис отварной	0,150	16,58	3,6	4,8	36,4	203,5	54-6г
	Котлета рыбная любительская (минтай)	0,060	25,64	12,8	4,1	6,1	112,3	54-14р
	Соус молочный натуральный	0,020	2,54	0,7	1,5	1,9	23,8	54-5соус
	Компот из кураги	0,200	19,95	1	0,1	15,6	66,9	54-2хн
	Хлеб пшеничный	0,040	2,66	4,6	0,5	29,5	140,6	пром.
Итого за обед			94,40	14,29	16,51	156,01	849,03	

Технолог _____

Повар _____

Утверждаю:

Банникова Е.В.



Согласовано:

Горбунова О.А.



МЕНЮ
для «Начальной школы»
на «20 марта 2024 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 29								
День 3								
Завтрак 1 смена	Булочка «Ванильная»	0,050	6,12	5,9	2,19	34,85	182,55	299
	Рагу из овощей	0,150	23,20	2,9	7,5	13,6	133,3	54-9г
	Котлета из курицы	0,060	28,09	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	Суп картофельный с макаронными изделиями	0,200	19,41	4,8	2,2	15,5	100,9	54-24с
	Каша перловая рассыпчатая	0,150	14,68	4,4	5,3	30,5	187,1	54-5г
	Котлета из говядины	0,060	47,07	16,4	15,7	14,8	265,1	54-4м
	Соус белый основной	0,020	1,50	0,5	0,8	0,9	12,5	54-2соус
	Компот из свежих яблок	0,180	9,08	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

Повар

Утверждаю:
Банникова Е.В.



Согласовано:
Горбунова О.А.



МЕНЮ
для «Начальной школы»
на «21 марта 2024 год»

Прием пищи	Наименования блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 29 День 4								
Завтрак 1 смена	Макароны отварные с овощами	0,140	23,63	4,7	6,2	26,5	180,7	54-2г
	Курица отварная	0,050	32,30	28,9	22,2	1	139,3	54-21м
	Чай с молоком и сахаром	0,150	4,67	1,6	1,1	8,6	50,9	54-4гн
	Соус красный основной	0,020	1,37	1	0,7	2,7	21,2	54-3соус
	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	Огурец в нарезке	0,060	21,00	0,5	0,1	1,5	8,5	54-2з
	Щи из свежей капусты со сметаной	0,200	19,07	4,7	5,6	5,7	92,2	54-1с
	Горошница	0,150	7,52	14,5	1,3	33,8	204,8	54-21г
	Биточек из курицы	0,090	37,13	17,2	3,9	12	151,8	54-23м
	Соус белый основной	0,020	1,50	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

Повар

Утверждаю:

Банникова Е.В.



Согласовано:

Горбунова О.А.



МЕНЮ
для «Начальной школы»
на «22 марта 2024 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 29								
День 5								
Завтрак	Винегрет с растительным маслом	0,050	11,33	0,7	5,4	4	67,1	54-16з
	Плов с курицей	0,150	48,42	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	Рассольник	0,150	15,44	6,5	2,8	14,9	110,9	54-25с
	Каша гречневая рассыпчатая	0,150	17,86	8,2	6,3	35,9	233,7	54-4г
	Гуляш из курицы	0,090	47,74	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

Повар
