

Утверждаю:
Тузлукова Е.И.



Согласовано:
Попова И.В.



МЕНЮ
Для ОВЗ «Начальной школы»
на «12 мая 2025 год»

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Цена блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------------|---|-----------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 39 | | | | | | | | |
| День 6 | | | | | | | | |
| Завтрак 1 смена | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 0,090/20 | 61,38 | 29,7 | 10,7 | 21,6 | 301,3 | 54-1т |
| | Чай с лимоном и сахаром | 0,200 | 4,47 | 0,2 | 0,1 | 6,6 | 27,9 | 54-3ГН |
| | хлеб пшеничный | 0,040 | 3,36 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 | Пром. |
| Итого за завтрак | | | 69,21 | 39,93 | 17,4 | 78,1 | 581,6 | |
| 2-ой завтрак | Пряник | 0,040 | 10,39 | 3,8 | 3,1 | 28,2 | 156 | пр |
| | Чай с сахаром | 0,200 | 2,22 | 0,2 | 0,1 | 6,6 | 27,9 | 54-3ГН |
| Итого | | | 12,61 | 4,0 | 3,1 | 42,2 | 184 | |
| | Итого | | 81,82 | | | | | |
| Обед 2 смена | Плов из птицы | 0,170 | 61,71 | 15,3 | 14,7 | 38,6 | 348,2 | 54-11м |
| | Кисель | 0,150 | 4,14 | 0 | 0 | 19,6 | 78,4 | 122 |
| | Хлеб пшеничный | 0,040 | 3,36 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 | Пром. |
| Итого за обед | | | 69,21 | | | | | |
| Полдник | Пряник | 0,040 | 10,39 | 3,8 | 3,1 | 28,2 | 156 | пр |
| | Чай с сахаром | 0,200 | 2,22 | 0,2 | 0 | 14 | 28 | 367 |
| Итого | | | 12,61 | 4,0 | 3,1 | 42,2 | 184 | |
| | Итого | | 81,82 | | | | | |

Технолог _____

Повар _____

Утверждаю:
Тузлукова Е.И.



Согласовано:
Попова И.В.



МЕНЮ
Для ОВЗ «Начальной школы»
на 13 мая 2025 год

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Цена блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------------|--------------------------------|-----------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 39 | | | | | | | | |
| День 7 | | | | | | | | |
| Завтрак 1 смена | Каша гречневая рассыпчатая | 0,150 | 17,56 | 8,2 | 6,3 | 35,9 | 233,7 | 54-4г |
| | Фрикадельки из говядины | 0,050 | 44,24 | 12,3 | 10,9 | 6,1 | 172 | 54-29м |
| | Соус красный основной | 0,030 | 2,05 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 54-3соус |
| | Чай с сахаром | 0,180 | 2,00 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,8 | 54-2гн |
| | Хлеб пшеничный | 0,4 | 3,36 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 | Пром. |
| Итого за завтрак | | | 69,21 | 24,7 | 18,2 | 70,8 | 547,50 | |
| 2-ой завтрак | Булочка «Веснушка» | 0,060 | 8,05 | 3,8 | 3,1 | 28,2 | 156 | 429 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 0,200 | 4,56 | 0,2 | 0,1 | 6,6 | 27,9 | 54-3гн |
| Итого | | | 12,61 | 4,0 | 3,1 | 42,2 | 184 | |
| | Итого | | 81,82 | | | | | |
| Обед 2 смена | Пюре картофельное | 0,110 | 26,89 | 4,5 | 5,5 | 26,5 | 173,7 | 54-11г |
| | Рыба тушеная с овощами(минтай) | 0,050 | 21,74 | 12,8 | 4,1 | 6,1 | 112,3 | 54-14р |
| | Компот из смеси сухофруктов | 0,150 | 8,03 | 0,5 | 0 | 19,8 | 81 | 54-1хн |
| | Хлеб пшеничный | 0,040 | 3,36 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 | Пром. |
| Итого за обед | | | 60,02 | | | | | |
| Полдник | Сырок творожный | 0,040 | 19,80 | 3,8 | 3,1 | 28,2 | 156 | 429 |
| | Чай с сахаром | 0,180 | 2,00 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,8 | 54-2гн |
| Итого | | | 21,80 | 4,0 | 3,1 | 42,2 | 184 | |
| | Итого | | 81,82 | | | | | |

Технолог _____

Повар _____

Утверждаю:
Тузлукова Е.И.



Согласовано:
Попова И.В.



МЕНЮ
для ОВЗ «Начальной школы»
на «14 мая 2025 год.

| Прием пищи | Наименования блюда | Вес блюда | Цена блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------------|------------------------------|-----------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 39 | | | | | | | | |
| День 8 | | | | | | | | |
| Завтрак 1 смена | Сыр твердых сортов в нарезке | 0,010 | 10,00 | 7 | 8,9 | 0 | 107,5 | 54-1з |
| | Макары отварные | 0,150 | 12,65 | 14,5 | 1,3 | 33,8 | 204,8 | 54-21г |
| | Курица отварная | 0,050 | 33,99 | 28,9 | 2,2 | 1 | 139,3 | 54-21м |
| | Соус красный основной | 0,030 | 4,03 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 54-3соус |
| | Чай с молоком и сахаром | 0,150 | 5,18 | 1,6 | 1,1 | 8,6 | 50,9 | 54-4гн |
| | Хлеб пшеничный | 0,040 | 3,36 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 | Пром |
| Итого за завтрак | | | 69,21 | 41,4 | 26,5 | 65,6 | 665,9 | |
| 2-ой завтрак | Печенье | 0,030 | 8,05 | 3,8 | 3,1 | 28,2 | 156 | пр |
| | Чай с лимоном и сахаром | 0,200 | 4,56 | 0,2 | 0,1 | 6,6 | 27,9 | 54-3гн |
| Итого | | | 12,61 | 4,0 | 3,1 | 42,2 | 184 | |
| Итого | | | 81,82 | | | | | |
| Обед 2 смена | Голубцы ленивые | 0,100 | 58,26 | 15,2 | 13,8 | 11,5 | 230,9 | 54-3м |
| | Компот из свежих яблок | 0,150 | 9,27 | 0,2 | 0,1 | 9,9 | 41,6 | 54-32хн |
| | Хлеб пшеничный | 0,020 | 1,68 | 5,6 | 0,8 | 33,1 | 162,1 | Пром. |
| Итого за обед | | | 69,21 | | | | | |
| Полдник | Печенье | 0,030 | 8,05 | 3,8 | 3,1 | 28,2 | 156 | пр |
| | Чай с лимоном и сахаром | 0,200 | 4,56 | 0,2 | 0,1 | 6,6 | 27,9 | 54-3гн |
| Итого | | | 12,61 | 4,0 | 3,1 | 42,2 | 184 | |
| Итого | | | 81,82 | | | | | |

Технолог _____

Повар _____

Утверждаю:
Тузлукова Е.И.



Согласовано:
Попова И.В.



МЕНЮ
для ОВЗ «Начальной школы»
на «15 мая 2025 год»

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Цена блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------------|-------------------------|-----------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 39 | | | | | | | | |
| День 9 | | | | | | | | |
| Завтрак 1 смена | Рис отварной | 0,150 | 18,31 | 3,6 | 4,8 | 36,4 | 203,5 | 54-6г |
| | Биточек из курицы | 0,090 | 38,95 | 17,2 | 3,9 | 12 | 151,8 | 54-3гн |
| | Чай с лимоном и сахаром | 0,200 | 4,56 | 0,2 | 0,1 | 6,6 | 27,9 | 54-3гн |
| | Соус красный основной | 0,030 | 4,03 | 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 | | | 63,65 | 22,1 | 10,9 | 80,1 | 507,2 | |
| 2-ой завтрак | Пряник | 0,040 | 13,61 | 3,8 | 3,1 | 28,2 | 156 | 429 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 0,200 | 4,56 | 0,2 | 0,1 | 6,6 | 27,9 | 54-3гн |
| Итого | | | 18,17 | 4,0 | 3,1 | 42,2 | 184 | |
| Итого | | | 81,82 | | | | | |
| Обед 2 смена | Рис отварной | 0,150 | 18,31 | 3,2 | 5,7 | 26 | 167,8 | 54-26г |
| | Гуляш из говядины | 0,040 | 47,19 | 15,3 | 14,9 | 3,5 | 208,9 | 54-2м |
| | Кисель | 0,100 | 2,76 | 0 | 0 | 19,6 | 78,4 | 122 |
| | Хлеб пшеничный | 0,020 | 1,68 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 | Пром. |
| Итого за обед | | | 69,94 | | | | | |
| Полдник | Пряник | 0,030 | 10,21 | 3,8 | 3,1 | 28,2 | 156 | 429 |
| | Чай с сахаром | 0,150 | 1,67 | 0,2 | 0 | 14 | 28 | 367 |
| Итого | | | 11,88 | 4,0 | 3,1 | 42,2 | 184 | |
| Итого | | | 81,82 | | | | | |

Технолог _____

Повар _____

Утверждаю:
Тузлукова Е.И.



Согласовано:
Попова И.В.



МЕНЮ
для ОВЗ «Начальной школы»
на «16 мая 2025год»

| Прием пищи | Наименование блюда | Все блюда | Цена блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------------|-----------------------------|-----------|--------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------|-------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 39 | | | | | | | | |
| День 10 | | | | | | | | |
| Завтрак 1 смена | Пюре картофельное | 0,150 | 34,08 | 3,1 | 5,3 | 19,8 | 139,4 | 54-11г |
| | Фрикадельки из мяса птицы | 0,090 | 25,25 | 17,2 | 3,9 | 12 | 151,8 | 54-23м |
| | Соус красный основной | 0,030 | 4,30 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 54-3соус |
| | 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 | 27,1 | 10,7 | 74 | 501,3 | |
| 2-ой завтрак | Булочка «Веснушка» | 0,060 | 8,05 | 3,8 | 3,1 | 28,2 | 156 | 429 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 0,200 | 4,56 | 0,2 | 0,1 | 6,6 | 27,9 | 54-3гн |
| Итого | | | 12,61 | 4,0 | 3,1 | 42,2 | 184 | |
| | Итого | | 81,82 | | | | | |
| Обед 2 смена | Каша гречневая рассыпчатая | 0,140 | 16,39 | 8,2 | 6,3 | 35,9 | 233,7 | 54-4г |
| | Фрикадельки из говядины | 0,050 | 42,58 | 12,3 | 10,9 | 6,1 | 172 | 54-29м |
| | Соус белый основной | 0,020 | 1,80 | 0,4 | 2,5 | 1 | 27,9 | 54-1соус |
| | Компот из смеси сухофруктов | 0,180 | 9,63 | 0,5 | 0 | 19,8 | 81 | 54-1хн |
| | Хлеб пшеничный | 0,040 | 3,36 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 | Пром. |
| Итого за обед | | | 73,76 | | | | | |
| Полдник | Булочка «Веснушка» | 0,050 | 5,84 | 3,8 | 3,1 | 28,2 | 156 | 429 |
| | Чай с сахаром | 0,200 | 2,22 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,8 | 54-2гн |
| Итого | | | 8,06 | 4,0 | 3,1 | 42,2 | 184 | |
| | Итого | | 81,82 | | | | | |

Технолог _____

Повар _____