

Утверждаю:
Банникова Е.В.



Согласовано:
Горбунова О.А.



МЕНЮ
Для ОВЗ «Начальной школы»
на «20 января 2025 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 22								
День 6								
Завтрак 1 смена	Запеканка из творога со сгущенным молоком	0,100/20	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	Салат из белокочанной капусты с морковью	0,050	9,38	1	6,1	5,8	81,5	54-8з
	Плов из птицы	0,150	52,33	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:
Банникова Е.В.



Согласовано:
Горбунова О.А.



МЕНЮ
Для ОВЗ «Начальной школы»
на 21 января 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 22								
День 7								
Завтрак 1 смена	Каша гречневая рассыпчатая	0,130	17,25	8,2	6,3	35,9	233,7	54-4г
	Фрикадельки из говядины	0,050	44,55	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	0,150	32,19	4,5	5,5	26,5	173,7	54-11г
	Рыба тушеная с овощами(минтай)	0,050	23,89	12,8	4,1	6,1	112,3	54-14р
	Компот из смеси сухофруктов	0,180	9,77	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			69,21					
Полдник	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					

Технолог _____

Повар _____

Утверждаю:
Банникова Е.В.



Согласовано:
Горбунова О.А.



МЕНЮ
для ОВЗ «Начальной школы»
на «22 января 2025 год».

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 22								
День 8								
Завтрак 1 смена	Сыр твердых сортов в нарезке	0,015	15,00	7	8,9	0	107,5	54-1з
	Горошница	0,150	7,52	14,5	1,3	33,8	204,8	54-21г
	Гуляш из мяса птицы	0,060	38,15	15,3	14,9	3,5	208,9	54-2м
	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	Каша перловая	0,150	17,90	16,3	6,2	32,9	252,2	199
	Фрикадельки из мяса птицы	0,090	28,56	17,2	3,9	12	151,8	54-5м
	Соус красный основной	0,020	4,03	0,5	0,8	0,9	12,5	54-2соус
	Компот из свежих яблок	0,200	14,48	0,2	0,1	9,9	41,6	54-32хн
	Хлеб пшеничный	0,040	3,36	5,6	0,8	33,1	162,1	Пром.
Итого за обед			68,33					
Полдник	Печенье	0,035	8,93	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			13,49	4,0	3,1	42,2	184	
	Итого		81,82					

Технолог _____

Повар _____

Утверждаю:
Банникова Е.В.



Согласовано:
Горбунова О.А.



МЕНЮ
для ОВЗ «Начальной школы»
на «23 января 2025 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 22								
День 9								
Завтрак 1 смена	Рис отварной	0,150	18,31	3,6	4,8	36,4	203,5	54-6г
	Голубцы ленивые	0,060	33,39	7,59	6,89	5,77	115,5	54-3м
	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 с овощами	0,100	29,22	3,2	5,7	26	167,8	54-26г
	Печень говяжья по-строгановски	0,050	32,67	15,1	14,3	6	212,8	54-18м
	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			69,39					
Полдник	Пряник	0,030	10,21	3,8	3,1	28,2	156	429
	Чай с сахаром	0,200	2,22	0,2	0	14	28	367
Итого			12,43	4,0	3,1	42,2	184	
	Итого		81,82					

Технолог _____

Повар _____

Утверждаю:
Банникова Е.В.



Согласовано
Горбунова О.А.



МЕНЮ
для ОВЗ «Начальной школы»
на «24 января 2025год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 22								
День 10								
Завтрак 1 смена	Пюре картофельное	0,150	32,19	3,1	5,3	19,8	139,4	54-11г
	Фрикадельки из мяса птицы	0,090	27,14	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	18,57	8,2	6,3	35,9	233,7	54-4г
	Фрикадельки из говядины	0,050	40,95	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	0,150	9,08	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 _____