

Утверждаю:
Банникова Е.В.



Согласовано:
Горбунова О.А.



МЕНЮ
для ОБЗ «Начальной школы»
на «4 марта 2024 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 27								
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	
2-ой завтрак	Булочка «Веснушка»	0,060	9,11	3,8	3,1	28,2	156	429
	Чай с сахаром и лимоном	0,200	4,56	0,2	0	14	28	367
Итого			13,67	4,0	3,1	42,2	184	
	Итого		78,30					
Обед 2 смена	Пюре картофельное	0,150	27,79	4,5	5,5	26,5	173,7	54-10г
	Тефтели из говядины с рисом	0,050	29,37	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	0,150	8,03	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			69,35					
Полдник	Сдоба обыкновенная	0,060	6,73	3,8	3,1	28,2	156	429
	Чай с сахаром	0,200	2,22	0,2	0	14	28	367
Итого			8,95	4,0	3,1	42,2	184	
	Итого		78,30					

Технолог

Повар

Утверждаю:
Банникова Е.В.



Согласовано:
Горбунова О.А.



МЕНЮ
для ОВЗ «Начальной школы»
на «5 марта 2024 год»

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 27								
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	
2-ой завтрак	Вафли	0,030	9,11	3,8	3,1	28,2	156	пр
	Чай с сахаром и лимоном	0,200	4,56	0,2	0	14	28	367
Итого			13,67	4,0	3,1	42,2	184	
	Итого		78,30					
Обед 2 смена	Рис отварной	0,150	17,30	3,6	4,8	36,4	203,5	54-6г
	Котлета рыбная любительская (минтай)	0,055	24,17	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	17,96	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			64,63				
Полдник	Вафли	0,030	9,11	3,8	3,1	28,2	156	пр
	Чай с сахаром и лимоном	0,200	4,56	0,2	0	14	28	367
Итого			13,67	4,0	3,1	42,2	184	
	Итого		78,30					

Технолог

Повар

Утверждаю:
Банникова Е.В.



Согласовано:
Горбунова О.А.



МЕНЮ
Для ОБЗ «Начальной школы»
на 6 марта 2024 год

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 27								
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	0,050	23,41	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			59,95	30,5	18,2	65,3	546,8	
2-ой завтрак	Пряник	0,040	10,32	3,8	3,1	28,2	156	пр
	Компот из смеси сухофруктов	0,150	8,03	0,5	0	19,8	81	54-1хн
Итого			18,35	4,0	3,1	42,2	184	
	Итого		78,30					
Обед 2 смена	Каша перловая рассыпчатая	0,150	14,68	4,4	5,3	30,5	187,1	54-5г
	Котлета из говядины	0,050	41,51	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	0,200	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			70,44					
Полдник	Сдоба обыкновенная	0,050	5,64	3,8	3,1	28,2	156	пр
	Чай с сахаром	0,200	2,22	0,2	0	14	28	367
Итого			7,86	4,0	3,1	42,2	184	
	Итого		78,30					

Технолог _____

Повар _____

Утверждаю:
Банникова Е.В.



Согласовано:
Горбунова О.А.



МЕНЮ
Для ОБЗ «Начальной школы»
на 7 марта 2024 год

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 27								
День 4								
Завтрак 1 смена	Макароны отварные с овощами	0,140	23,63					
	Курица отварная	0,050	32,30	4,7	6,2	26,5	180,7	54-2г
	Чай с молоком и сахаром	0,150	4,67	28,9	22,2	1	139,3	54-21м
	Соус красный основной	0,020	1,37	1,6	1,1	8,6	50,9	54-4гн
	Хлеб пшеничный	0,040	2,66	1	0,7	2,7	21,2	54-3соус
Итого за завтрак			64,63	40,1	30,7	66,6	523,7	
2-ой завтрак	Булочка «Веснушка»	0,070	9,11	3,8	3,1	28,2	156	429
	Чай с сахаром и лимоном	0,200	4,56	0,2	0	14	28	367
Итого			13,67	4,0	3,1	42,2	184	
	Итого		78,30					
Обед 2 смена	Щи из свежей капусты со сметаной	0,200	19,07					
	Горошница	0,150	7,52	4,7	5,6	5,7	92,2	54-1с
	Биточек из курицы	0,060	24,86	14,5	1,3	33,8	204,8	54-21г
	Соус белый основной	0,020	1,50	17,2	3,9	12	151,8	54-23м
	Кисель	0,200	5,52	0,5	0,8	0,9	12,5	54-2соус
	Хлеб пшеничный	0,040	2,66	0	0	19,6	78,4	122
	Итого за обед			61,13	4,6	0,5	29,5	140,6
Итого за обед								
Полдник	Вафли	0,040	12,61	3,8	3,1	28,2	156	429
	Чай с сахаром и лимоном	0,200	4,56	0,2	0	14	28	367
Итого			17,17	4,0	3,1	42,2	184	
	Итого		78,30					