

МБОУ "Долинненская СОШ им. Перепадина А.И."

Утверждаю: Колесник Н.О.

Дата: 02 сентября 2024г



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (горячий завтрак)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная	260	7,2	12,76	38,55	298,81
Кофейный напиток	180	2,9	2,41	14,36	91,00
Сыр порциями	15	3,5	4,42	0,00	54,00
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Стоимость, руб.		73,71 руб.			

Возрастная категория: 11 лет и старше учащихся 5-11 класса в первую смену (горячий завтрак и обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная	260	7,2	12,76	38,55	298,81
Кофейный напиток	180	2,9	2,41	14,36	91,00
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
ОБЕД					
Суп картофельный	250	1,65	4,01	10,75	93,60
Макаронные изделия отварные	180	15,20	8,88	32,81	291
Дополнительный гарнир	30	1,02	3,00	5,07	51,42
Котлеты рубленые из птицы с соусом	100	9,51	11,08	11,66	184,50
Компот из смеси сухофруктов	180	0,31	0,08	26,43	108,36
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Стоимость, руб.		112,00 руб.			

Возрастная категория: 7- 11 лет учащиеся 1-4 класса в первую смену (СВО горячий обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ОБЕД					
Суп картофельный ~	200	1,65	4,01	10,75	93,60
Макаронные изделия отварные	150	15,20	8,88	32,81	291
Дополнительный гарнир	30	1,02	3,00	5,07	51,42
Котлеты рубленые из птицы с соусом	90	9,51	11,08	11,66	184,50
Компот из смеси сухофруктов	180	0,31	0,08	26,43	108,36
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Стоимость, руб.		60,00 руб.			

Ответственный по питанию: Малышева Ю.С.

Медицинский работник: Рябкина Т.А.

Заведующий производством: Позднякова Е.В.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (горячий завтрак)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Котлеты рыбные	90	8,69	7,33	12,46	150
Картофельное пюре	150	3,20	9,46	18,58	178,61
Овощи по-сезону	60	1,02	3,00	5,07	51,42
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00
Стоимость, руб.		73,71 руб.			

Возрастная категория: 11 лет и старше учащихся 5-11 класса в первую смену (горячий завтрак и обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Котлеты рыбные с соусом томатным	100	8,69	7,33	12,46	150
Картофельное пюре	180	3,20	9,46	18,58	178,61
Дополнительный гарнир	30	1,02	3,00	5,07	51,42
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00
ОБЕД					
Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75
Птица тушенная в соусе	100	11,09	11,26	3,51	166,00
Каша гречневая	180	8,60	4,27	38,64	243,75
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Стоимость, руб.		112,00 руб.			

Возрастная категория: 7-11 лет учащиеся 1-4 класса в первую смену (СВО горячий обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ОБЕД					
Борщ с капустой и картофелем	200	1,80	4,92	10,93	103,75
Птица тушенная в соусе	100	11,09	11,26	3,51	166,00
Дополнительный гарнир	30	1,02	3,00	5,07	51,42
Каша гречневая	150	8,60	4,27	38,64	243,75
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Стоимость, руб.		60,00 руб.			

Ответственный по питанию: Мальшева Ю.С.Медицинский работник: Рябкина Т.А.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (горячий завтрак)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Плов из птицы	180	15,20	8,88	32,808	272,40
Салат из квашенной капусты	60	1,02	3,00	5,07	51,42
Чай с сахаром и лимоном	180/7	0,12	0,02	10,20	41,00
Кондитерское изделие	30	2,01	2,27	21,62	114,90
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Стоимость, руб.		73,71 руб.			

Возрастная категория: 11 лет и старше учащихся 5-11 класса в первую смену (горячий завтрак и обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Плов из птицы	180	15,20	8,88	32,808	272,40
Салат из квашенной капусты	60	1,02	3,00	5,07	51,42
Чай с сахаром и лимоном	180/7	0,12	0,02	10,20	41,00
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
ОБЕД					
Суп картофельный с макаронными издел. ✓	250	2,69	2,84	17,46	118,25
Картофель отварной	180	12,50	11,17	12,90	202,00
Шницель рыбный с соусом	100	1,02	3,00	5,07	51,42
Дополнительный гарнир	30	1,02	3,00	5,07	51,42
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Стоимость, руб.		112,00 руб.			

Возрастная категория: 7- 11 лет учащиеся 1-4 класса в первую смену (СВО горячий обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ОБЕД					
Суп картофельный с макарон.изд. издел. ✓	200	2,69	2,84	17,46	118,25
Картофель отварной	150	12,50	11,17	12,90	202,00
Шницель рыбный с соусом	100	1,02	3,00	5,07	51,42
Дополнительный гарнир	30	1,02	3,00	5,07	51,42
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Стоимость, руб.		60,00 руб.			

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (горячий завтрак)

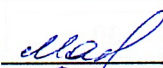
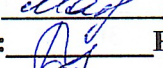
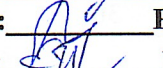
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Запеканка из творога с соусом яблочным	170	17,5	13,27	47,60	324,00
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Хлеб пшеничный	30	3,16	0,40	19,32	94,00
Фрукты свежие	120	1,95	0,65	27,30	105,60
Стоимость, руб.		73,71 руб.			

Возрастная категория: 11 лет и старше учащихся 5-11 класса в первую смену (горячий завтрак и обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Запеканка из творога с соусом яблочным	170	17,5	13,27	47,60	324,00
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Хлеб пшеничный	30	3,16	0,40	19,32	94,00
ОБЕД					
Суп из овощей ✓	250	1,25	2,71	12,11	85,75
Птица тушенная в соусе с овощами	180	10,52	7,15	2,14	115,00
Овощи по -сезону	60	3,20	9,46	18,58	178,61
Хлеб пшеничный	30	3,16	0,40	19,32	94,00
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20	41,00
Стоимость, руб.		112,00 руб.			

Возрастная категория: 7- 11 лет учащиеся 1-4 класса в первую смену (СВО горячий обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ОБЕД					
Суп из овощей ✓	250	1,25	2,71	12,11	85,75
Птица тушенная в соусе с овощами	150	10,52	7,15	2,14	115,00
Овощи по -сезону	60	3,20	9,46	18,58	178,61
Хлеб пшеничный	30	3,16	0,40	19,32	94,00
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20	41,00
Стоимость, руб.		60,00 руб.			

Ответственный по питанию:  Малышева Ю.С.Медицинский работник:  Рябкина Т.А.Заведующий производством:  Позднякова Е.В.

Утверждаю: Колесник Н.О.

Дата: 06 сентября 2024г

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (горячий завтрак)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Котлета мясная	90	8,27	9,12	7,81	168,71
Рагу из овощей	155	2,61	16,22	12,70	209,62
Хлеб пшеничный	40	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	35	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Стоимость, руб.		73,71 руб.			

Возрастная категория: 11 лет и старше учащихся 5-11 класса в первую смену (горячий завтрак и обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Котлета мясная	55	8,27	9,12	7,81	168,71
Рагу из овощей	155	2,61	16,22	12,70	209,62
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
ОБЕД					
Суп картофельный с макаронными издел.	250	2,69	2,84	17,46	118,25
Рыба тушеная в томате с овощами	100	9,75	4,95	3,80	105,00
Каша рисовая	180	3,20	9,46	18,58	178,61
Дополнительный гарнир	30	1,02	3,00	5,07	51,42
Хлеб пшеничный	30	0,06	0,02	9,99	40,00
Хлеб ржано — пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Компот из свежих плодов	180	1,98	0,36	10,02	52,20
Стоимость, руб.		112,00 руб.			

Возрастная категория: 7- 11 лет учащиеся 1-4 класса в первую смену (СВО горячий обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ОБЕД					
Суп с макаронными издел.	200	2,69	2,84	17,46	118,25
Рыба тушеная в томате с овощами	100	9,75	4,95	3,80	105,00
Каша рисовая	150	3,20	9,46	18,58	178,61
Дополнительный гарнир	30	1,02	3,00	5,07	51,42
Хлеб пшеничный	30	0,06	0,02	9,99	40,00
Хлеб ржано — пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Компот из свежих плодов	180	1,98	0,36	10,02	52,20
Стоимость, руб.		60,00 руб.			