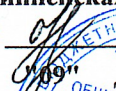


МБОУ «Долинская СОШ им. Перепадина А.И.»

Утверждаю:  Колесник Н.О.

Дата: 19 декабря 2024г

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

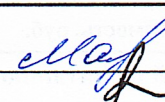
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная	260	7,2	12,76	38,55	298,81
Какао с молоком	180	4,07	3,54	17,57	118,60
Сыр порциями	10	2,37	0,30	15,99	70,50
Хлеб ржано- пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Стоимость, руб.		73,71 руб.			

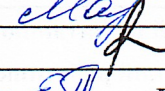
Возрастная категория: 7- 11 лет учащиеся 1-4 класса в первую смену (СБО горячий обед)

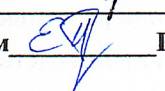
Возрастная категория: 7-11 лет учащихся 1-4 класса в первую смену (СБО Горный обед)					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ОБЕД					
Суп картофельный с крупой	200	1,87	2,26	13,50	91,20
Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
Дополнительный гарнир	30	0,80	0,80	5,09	25,25
Котлеты рубленые из птицы с соусом	100	9,51	16,02	12,58	236,95
Компот из смеси сухофруктов	180	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб ржано — пшеничный	30	0,31	0,08	26,43	108,36
Стоимость, руб.		60,00 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					
Каша жидкая молочная (манная)	260	7,2	12,76	38,55	298,81
Какао с молоком	180	4,07	3,54	17,57	118,60
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 крупой	250	1,87	2,26	13,50	91,20
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.			

Ответственный по питанию:  Малышева Ю.С.

Медицинский работник:  Рябкина Т.А.

Заведующий производством  Позднякова Е.В.

МБОУ «Долинненская СОШ им. Перепадина А.И.»

Утверждаю: Колесник Н.О.

Дата: 10 декабря 2024г

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 с соусом	100	8,69	7,33	12,46	150
Картофельное пюре	150	3,20	9,46	18,58	178,61
Дополнительный гарнир	30	1,45	3,00	7,69	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: 7- 11 лет учащиеся 1-4 класса в первую смену (СБО 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
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.			

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.			

Ответственный по питанию: Малышева Ю.С.

Медицинский работник: Рябкина Т.А.

Заведующий производством: Позднякова Е.В.

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
Овощи по-сезону	60	1,02	3,00	5,07	51,42
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
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: 7- 11 лет учащиеся 1-4 класса в первую смену (СБО горячий обед)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
ОБЕД					
Суп с бобовыми	200	4,39	4,22	13,23	118,60
Рагу из овощей	150	2,61	16,22	12,70	209,62
Котлеты рубленые из птицы	60	9,51	16,02	12,58	236,95
Дополнительный гарнир	30	0,80	0,80	5,09	25,25
Чай с сахаром	180	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб ржано — пшеничный	30	0,06	0,02	9,99	40,00
Стоимость, руб.		60,00 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 свежей капусты	60	1,02	3,00	5,07	51,42
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	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 с бобовыми	250	4,39	4,22	13,23	118,60
Рагу из овощей	180	2,61	16,22	12,70	209,62
Котлеты рубленные из птицы	60	9,51	10,08	11,66	184,50
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.			

Ответственный по питанию: Малышева Ю.С.

Медицинский работник: Рябкина Т.А.

Заведующий производством: Позднякова Е.В.

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 с соусом	100	8,27	9,12	7,81	168,71
Макароны отварные	150	3,82	13,98	14,70	209,62
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,30	19,32	94,00
Хлеб ржано — пшеничный	35	2,31	0,36	11,69	60,90
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
Стоимость, руб.		73,71 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	200	1,27	3,99	18,87	138,22
Рыба тушеная в томате с овощами	100	9,75	4,95	3,80	105,00
Каша рисовая	150	3,60	4,33	37,53	203,55
Дополнительный гарнир	30	0,80	0,80	5,09	25,25
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Хлеб ржано — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Компот из свежих плодов	180	0,41	0,09	30,59	127,08
Стоимость, руб.		60,00 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 с соусом	100	8,27	9,12	7,81	168,71
Макароны отварные	180	3,82	13,98	14,70	209,62
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,30	19,32	94,00
Хлеб ржано — пшеничный	35	2,31	0,36	11,69	60,90
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
ОБЕД					
Суп из овощей	250	1,27	3,99	7,32	76,20
Рыба тушеная в томате с овощами	100	9,08	4,95	3,80	105,00
Каша рисовая	180	3,60	4,33	37,53	203,55
Дополнительный гарнир	30	0,24	0,03	0,51	3,0
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	0,41	0,09	30,59	127,08
Стоимость, руб.		112,00 руб.			

Ответственный по питанию: Мальшева Ю.С.

Медицинский работник: Рябкина Т.А.

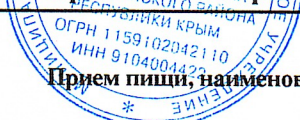
Заведующий производством: Позднякова Е.В.

МБОУ «Долгиневская СОШ им. Перепадина А.И.»

Утверждаю: Колесник Н.О.

Дата: 13 декабря 2024г

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: 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. издел.	250	2,69	2,84	17,46	118,25
Птица тушенная в соусе с овощами	180	12,50	11,17	12,90	202,00
Дополнительный гарнир	30	0,80	0,80	5,09	25,25
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.			

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 с макаронными изделиями	250	1,91	4,06	10,40	93,60
Птица тушенная в соусе с овощами	180	10,52	7,15	2,14	115,00
Дополнительны 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	180	0,12	0,02	10,20	41,00
Стоимость, руб.		112,00 руб.			

Ответственный по питанию: Малышева Ю.С.

Медицинский работник: Рябкина Т.А.

Заведующий производством: Позднякова Е.В.