

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБОУ СОШ (ООШ) № ___

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
№ 20 МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОД-КУРОРТ АНАПА ИМЕНИ ГЕРОЯ
СОВЕТСКОГО СОЮЗА КОНСТАНТИНОВА
ГАРИША СЕРГЕЕВИЧА

ГЛАВНОМУ УЧИТЕЛЮ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ
СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ
№ 20 МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОД-КУРОРТ АНАПА ИМЕНИ ГЕРОЯ
СОВЕТСКОГО СОЮЗА КОНСТАНТИНОВА
ГАРИША СЕРГЕЕВИЧА

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор
ООО «Комбинат титания КК»
Чепига В.И.



МЕНЮ

ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

10 ДНЕЙ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 лет, дети с ОВЗ и инвалиды

ПОЛДНИК (ЛЕТНЕ – ОСЕННИЙ ПЕРИОД)

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|-------------------------|-------------------------------------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-----------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 1 | Сыр полутвердый (порциями) | 10 | 2,30 | 3 | 0 | 35,8 | 75 | 6,54 Р |
| ЗАВТРАК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 69,8 | Пром | 1,76 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,5 | 0,50 | 12,3 | 63 | Пром | 2,38 Р |
| | Каша рисовая молочная жидкая | 200 | 5,2 | 6,5 | 32,2 | 207,8 | 236 | 12,50 Р |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 457 | 2,21 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 56,4 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 590 | 12,9 | 10,8 | 80,2 | 470,8 | | 33,39 Р |
| ОБЕД | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 200 | 5 | 2,9 | 11,6 | 92,2 | 113 | 33,00 Р |
| | Плов из отварной курицы | 200 | 12,26 | 8,17 | 24,72 | 222,19 | 375 | 52,00 Р |
| | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 85,8 | 501 | 15,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 5,4 | 0,6 | 34,7 | 164,8 | Пром | 3,21 Р |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,2 | 0,6 | 16 | 82,4 | Пром | 3,18 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,6 | 70,3 | 113 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 860 | 27,46 | 13,07 | 121,82 | 717,69 | | 114,39 Р |
| ПОЛДНИК | Булочка сырная | 90 | 5,1 | 6 | 11 | 140,5 | ТТК-1 | 50,00 Р |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,5 | 2,3 | 12,2 | 79,2 | 465 | 8,36 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 46,8 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 370 | 8,0 | 8,7 | 33 | 266,5 | | 66,36 Р |

| | | | | | | | | |
|--|--------------------------|-----|-------|------|-------|--------|-------|---------|
| | Зав. производством _____ | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 69,8 | Пром | 1,76 Р |
| | | 30 | 2,5 | 0,50 | 12,3 | 63 | Пром | 2,38 Р |
| | | 200 | 5,2 | 6,5 | 32,2 | 207,8 | 236 | 12,50 Р |
| | | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 457 | 2,21 Р |
| | | 120 | 0,5 | 0,5 | 11,8 | 56,4 | 112 | 8,00 Р |
| | | 200 | 5 | 2,9 | 11,6 | 92,2 | 113 | 33,00 Р |
| | | 200 | 12,26 | 8,17 | 24,72 | 222,19 | 375 | 52,00 Р |
| | | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 85,8 | 501 | 15,00 Р |
| | | 70 | 5,4 | 0,6 | 34,7 | 164,8 | Пром | 3,21 Р |
| | | 40 | 3,2 | 0,6 | 16 | 82,4 | Пром | 3,18 Р |
| | | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,6 | 70,3 | 113 | 8,00 Р |
| | | 90 | 5,1 | 6 | 11 | 140,5 | ТТК-1 | 50,00 Р |
| | | 180 | 2,5 | 2,3 | 12,2 | 79,2 | 465 | 8,36 Р |
| | | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 46,8 | 112 | 8,00 Р |
| | | 370 | 8,0 | 8,7 | 33 | 266,5 | | 66,36 Р |

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|------------------|---------------------------------|------------|------------------|-------|----------|-------------------------|-----------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 2 | Рыба тушеная в томате с овощами | 100 | 9,78 | 1,64 | 4,78 | 73,57 | 299 | 50,62 Р |
| ЗАВТРАК | Пюре картофельное | 150 | 4 | 6 | 8,7 | 104,8 | 377 | 18,00 Р |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,7 | 2,2 | 14,1 | 87,3 | 465 | 8,36 Р |
| | Кондитерское изделие (печенье) | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83 | 582 | 25,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,2 | Пром | 1,76 Р |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8,1 | 41,8 | Пром | 1,59 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 500 | 21,88 | 12,34 | 65,38 | 460,67 | | 105,33 Р |
| ОБЕД | Овощи натуральные (огурец) | 60 | 0,5 | 0 | 1,5 | 8,4 | 106 | 8,02 Р |
| | Свекольник | 250 | 2,4 | 4,8 | 10,4 | 93,7 | 98 | 30,00 Р |
| | Биточки по-Кубански | 90 | 9 | 19,8 | 25,07 | 226,2 | ТТК-17 | 52,18 Р |
| | Рагу из овощей | 180 | 3,42 | 7,74 | 16,84 | 153 | 177 | 8,24 Р |
| | Компот из свежих плодов и ягод | 200 | 0,10 | 0,10 | 11,6 | 47,8 | 486 | 6,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117 | 573 | 2,94 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12,1 | 62,4 | 574 | 2,38 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 860 | 21,62 | 33,34 | 102,11 | 708,5 | | 109,76 Р |
| ПОЛДНИК | Ватрушка с творожным фаршем | 100 | 16,4 | 14 | 56,5 | 346,2 | 634/567 | 59,00 Р |
| | Сок | 200 | 0,6 | 0 | 33 | 136 | 501 | 10,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 300 | 17 | 14 | 89,5 | 482,2 | | 69,00 Р |

| | | | | | | | | |
|--|--------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|---------|----------|
| | Зав. производством | 100 | 9,78 | 1,64 | 4,78 | 73,57 | 299 | 50,62 Р |
| | Пюре картофельное | 150 | 4 | 6 | 8,7 | 104,8 | 377 | 18,00 Р |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,7 | 2,2 | 14,1 | 87,3 | 465 | 8,36 Р |
| | Кондитерское изделие (печенье) | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83 | 582 | 25,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,2 | Пром | 1,76 Р |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8,1 | 41,8 | Пром | 1,59 Р |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 500 | 21,88 | 12,34 | 65,38 | 460,67 | | 105,33 Р |
| | Овощи натуральные (огурец) | 60 | 0,5 | 0 | 1,5 | 8,4 | 106 | 8,02 Р |
| | Свекольник | 250 | 2,4 | 4,8 | 10,4 | 93,7 | 98 | 30,00 Р |
| | Биточки по-Кубански | 90 | 9 | 19,8 | 25,07 | 226,2 | ТТК-17 | 52,18 Р |
| | Рагу из овощей | 180 | 3,42 | 7,74 | 16,84 | 153 | 177 | 8,24 Р |
| | Компот из свежих плодов и ягод | 200 | 0,10 | 0,10 | 11,6 | 47,8 | 486 | 6,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117 | 573 | 2,94 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12,1 | 62,4 | 574 | 2,38 Р |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 860 | 21,62 | 33,34 | 102,11 | 708,5 | | 109,76 Р |
| | Ватрушка с творожным фаршем | 100 | 16,4 | 14 | 56,5 | 346,2 | 634/567 | 59,00 Р |
| | Сок | 200 | 0,6 | 0 | 33 | 136 | 501 | 10,00 Р |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 300 | 17 | 14 | 89,5 | 482,2 | | 69,00 Р |

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пшневые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|------------------|-------------------------------------|------------|------------------|------|----------|-------------------------|-----------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 3 | Овощи натуральные (огурец) | 60 | 0,5 | 0,1 | 1,5 | 8,4 | 106 | 8,02 Р |
| ЗАВТРАК | Тефтели из говядины с рисом | 100 | 10,5 | 8,13 | 12,12 | 163,8 | 350 | 61,00 Р |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,5 | 4,9 | 29,5 | 184,3 | 256 | 12,00 Р |
| | Чай с молоком | 180 | 1,4 | 1,2 | 10,4 | 57,6 | 460 | 8,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,2 | 573 | 1,76 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 520 | 20,2 | 14,5 | 68,3 | 484,3 | | 90,78 Р |
| ОБЕД | Рассольник | 250 | 2,2 | 4,6 | 8,1 | 82,3 | 99 | 15,20 Р |
| | Котлеты рыбные | 90 | 11,3 | 1,4 | 4,7 | 75,6 | 308 | 50,21 Р |
| | Соус красный основной | 30 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 54-3 | 6,00 Р |
| | Каша рассыпчатая рисовая с овощами | 150 | 3,4 | 3,1 | 33,9 | 177 | 211 | 13,00 Р |
| | Компот из свежих плодов и ягод | 200 | 0,1 | 0,1 | 11,6 | 47,8 | 486 | 6,00 Р |
| | Кондитерские изделия (вафли) | 20 | 0,8 | 6,2 | 12,7 | 109,8 | 580 | 25,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,3 | Пром | 3,02 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12,1 | 62,4 | Пром | 2,38 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 830 | 25,8 | 17,1 | 115,3 | 716,4 | | 120,81 Р |
| ПОЛДНИК | Котлета говяжья, запеченная в тесте | 70 | 9,7 | 10 | 12 | 115 | ТТК-5 | 57,00 Р |
| | Напиток из шиповника | 180 | 0,6 | 0,2 | 16,5 | 70,1 | 496 | 8,97 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 46,8 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 350 | 10,7 | 10,6 | 38,3 | 231,9 | | 73,97 Р |

Зав.производством _____

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|------------------|------------------------------------|------------|------------------|-------|----------|-------------------------|-----------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 4 | Овощи натуральные (помидор) | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,3 | 14,4 | 106 | 8,15 Р |
| ЗАВТРАК | Птица в соусе с томатом | 90 | 8,55 | 9,96 | 1,99 | 131,78 | 367 | 52,28 Р |
| | Картофель отварной с маслом | 150 | 4,14 | 7,71 | 15,43 | 147,14 | 152 | 12,33 Р |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 69,8 | Пром | 1,76 Р |
| | Кисломолочный продукт (кефир 2,5%) | 180 | 5,2 | 4,5 | 7,2 | 90,7 | 470 | 14,40 Р |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8,1 | 41,8 | Пром | 1,59 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,1 | 0,3 | 8,9 | 44 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 630 | 22,59 | 23,07 | 58,72 | 540,02 | | 98,51 Р |
| ОБЕД | Овощи натуральные (помидор) | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,3 | 14,4 | 106 | 8,15 Р |
| | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,9 | 4,4 | 7 | 75 | 95 | 13,35 Р |
| | Сметана 15% | 10 | 0,2 | 1,5 | 0,3 | 15,9 | 433 | 6,00 Р |
| | Голубцы ленивые | 150 | 16,5 | 18,6 | 6 | 259,5 | 333 | 44,00 Р |
| | Соус красный основной | 30 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 54-3 | 6,00 Р |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 20,1 | 84 | 495 | 6,02 Р |
| | Кондитерское изделие (печенье) | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83 | 582 | 25,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117 | Пром | 2,94 Р |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12,1 | 62,4 | Пром | 2,38 Р | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 800 | 28,6 | 28,3 | 90 | 732,4 | | 113,84 Р |
| ПОЛДНИК | Слойка с повидлом | 70 | 8 | 10,7 | 4,5 | 148 | ТТК-23 | 50,00 Р |
| | Сок | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 120 | 501 | 10,00 Р |
| | Фрукты свежие (нектарин) | 100 | 0,1 | 0,3 | 8,9 | 44 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 370 | 9,5 | 11,2 | 39,8 | 312 | | 68,00 Р |

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|-------------------------|-------------------------------------|------------|------------------|-------------|---------------|-------------------------|-----------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 5 | Овощи натуральные (огурец) | 60 | 0,5 | 0,1 | 1,5 | 8,4 | 106 | 8,02 Р |
| ЗАВТРАК | Омлет натуральный | 140 | 12,04 | 18,3 | 3,01 | 224 | 268 | 32,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 69,8 | Пром | 1,76 Р |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 457 | 2,21 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 2,3 | 0,8 | 33 | 144 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 580 | 18,14 | 19,5 | 72,51 | 532,4 | | 51,99 Р |
| ОБЕД | Овощи натуральные (огурец) | 60 | 0,5 | 0,1 | 1,5 | 8,4 | 106 | 8,02 Р |
| | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 200 | 5,1 | 2,9 | 11,7 | 93,1 | 113 | 33,00 Р |
| | Тефтели куриные | 90 | 5,9 | 18 | 11,4 | 174,1 | ТТК-38 | 51,00 Р |
| | Соус красный основной | 30 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 54-3 | 6,00 Р |
| | Макаронные изделия отварные | 160 | 5,9 | 5,3 | 31,5 | 196,4 | 256 | 13,00 Р |
| | Компот из свежих плодов и ягод | 180 | 0,1 | 0,1 | 10,4 | 43 | 486 | 6,02 Р |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,5 | Пром | 2,35 Р |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8,1 | 41,8 | Пром | 1,59 Р |
| | Фрукты (яблоко) | 100 | 0,1 | 0,3 | 8,39 | 44 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 880 | 23,2 | 27,9 | 105,39 | 715,5 | | 128,98 Р |
| ПОЛДНИК | Котлета куриная, запеченная в тесте | 70 | 7,6 | 9,2 | 3,4 | 160 | ТТК-6 | 65,00 Р |
| | Сок | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 501 | 10,00 Р |
| | Фрукты (яблоко) | 150 | 2,2 | 0,8 | 32 | 139,7 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 420 | 10,8 | 10,2 | 55,6 | 385,7 | | 83,00 Р |

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|-------------------------|------------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|-----------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 6 | Масло сливочное (порциями) | 15 | 0,1 | 1,1 | 0 | 9,9 | 79 | 6,00 Р |
| ЗАВТРАК | Котлеты пермские | 90 | 14,4 | 13,95 | 10,8 | 227,7 | 341 | 56,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 69,8 | Пром | 1,76 Р |
| | Рагу из овощей | 150 | 2,85 | 6,45 | 14,03 | 127,5 | 177 | 8,24 Р |
| | Какао с молоком | 150 | 2,5 | 2,16 | 10,3 | 70,4 | 462 | 9,36 Р |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8,1 | 41,8 | Пром | 1,59 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 46,8 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 555 | 24,15 | 24,56 | 67,83 | 594,3 | | 90,95 Р |
| ОБЕД | Суп из овощей | 250 | 2 | 4,6 | 6,4 | 74,4 | 116 | 34,00 Р |
| | Сердце в соусе (говяжье) | 90 | 16,2 | 5 | 5,1 | 130,4 | 361 | 59,00 Р |
| | Каша рассыпчатая рисовая с овощами | 150 | 3,4 | 3,1 | 33,9 | 177,3 | 211 | 13,00 Р |
| | Компот из свежих плодов и ягод | 200 | 0,1 | 0,1 | 11,6 | 47,8 | 486 | 6,02 Р |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,7 | 117,4 | Пром | 2,94 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0,5 | 12,2 | 62,4 | Пром | 2,38 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 2,3 | 0,8 | 33 | 144 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 920 | 30,3 | 14,5 | 126,9 | 753,7 | | 125,34 Р |
| ПОЛДНИК | Суфле из творога | 100 | 13 | 5 | 13 | 149 | 284 | 30,00 Р |
| | Соус молочный (сладкий) | 20 | 0,5 | 1 | 1,6 | 16,9 | 406 | 6,00 Р |
| | Какао с молоком | 180 | 3,0 | 2,6 | 12,4 | 84,6 | 462 | 9,43 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 300 | 16,5 | 8,6 | 27 | 250,5 | | 45,43 Р |

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|-------------------------|------------------------------------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-----------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 7 | Овощи натуральные (помидор) | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,3 | 14,4 | 106 | 8,15 Р |
| ЗАВТРАК | Рыбные палочки | 90 | 3,75 | 10,8 | 5,4 | 120,2 | ГТК-3 | 54,20 Р |
| | Соус красный основной | 30 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 54-3 | 6,00 Р |
| | Каша рассыпчатая рисовая с овощами | 150 | 3,4 | 3,1 | 33,9 | 177 | 211 | 13,00 Р |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,7 | 2,2 | 14,1 | 87,3 | 465 | 8,36 Р |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 69,8 | Пром | 1,76 Р |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8,1 | 41,8 | Пром | 1,59 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 560 | 15,45 | 17,4 | 81,3 | 531,7 | | 93,06 Р |
| ОБЕД | Овощи натуральные (огурец) | 60 | 0,5 | 0 | 1,5 | 8,4 | 106 | 8,02 Р |
| | Рассольник ленинградский | 200 | 2,1 | 4,1 | 10,6 | 87,6 | 100 | 15,20 Р |
| | Птица в соусе с томатом | 100 | 9,5 | 11,07 | 2,21 | 146,43 | 367 | 52,28 Р |
| | Макаронные изделия отварные | 160 | 5,9 | 5,3 | 31,5 | 196,4 | 256 | 12,00 Р |
| | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 85,8 | 501 | 15,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,8 | 118 | Пром | 2,94 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,5 | 0,5 | 12,2 | 62,4 | Пром | 2,38 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 800 | 25,3 | 21,57 | 103,01 | 705,03 | | 107,82 Р |
| ПОЛДНИК | Булочка ванильная | 70 | 5,6 | 5,7 | 31,3 | 199,2 | 422 | 50,00 Р |
| | Чай с молоком | 180 | 1,4 | 1,2 | 10,3 | 57,6 | 460 | 8,00 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,1 | 0,3 | 8,9 | 44 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 350 | 7,1 | 7,2 | 50,6 | 300,8 | | 66,00 Р |

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|------------------|--|------------|------------------|-------|----------|-------------------------|-----------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 8 | Запеканка картофельная с сердцем (говяжье) | 180 | 13,24 | 4,46 | 16,3 | 158,4 | 354 | 61,00 Р |
| ЗАВТРАК | Соус красный основной | 50 | 1,7 | 1,2 | 4,4 | 35,3 | 54-3 | 6,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,6 | 93,1 | 573 | 2,35 Р |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 457 | 2,21 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,5 | 0,5 | 12,3 | 63 | 574 | 2,38 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 500 | 26,24 | 11,76 | 61,7 | 456,8 | | 73,94 Р |
| ОБЕД | Овощи натуральные (помидор) | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,3 | 14,4 | 106 | 8,15 Р |
| | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,9 | 4,4 | 7 | 75 | 95 | 13,35 Р |
| | Сметана 15% | 10 | 0,2 | 1,5 | 0,3 | 15,9 | 433 | 6,00 Р |
| | Плов из говядины | 200 | 16,32 | 18,24 | 34,64 | 368 | 330 | 61,00 Р |
| | Компот из свежих плодов и ягод | 200 | 0,1 | 0,1 | 11,6 | 47,8 | 486 | 6,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,3 | Пром | 3,02 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12,1 | 62,4 | Пром | 2,38 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 810 | 26,22 | 25,34 | 97,44 | 723,8 | | 99,90 Р |
| ПОЛДНИК | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,1 | 0,7 | 0 | 6,6 | 79 | 6,00 Р |
| | Булочка сырная | 90 | 5,1 | 6,0 | 11,0 | 140,5 | ТТК-1 | 50,00 Р |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,8 | 2,5 | 13,6 | 87,9 | 465 | 8,36 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 300 | 8 | 9,2 | 24,6 | 235 | | 64,36 Р |

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|-------------------------|----------------------------------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-----------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 9 | Сыр полутвердый (порциями) | 15 | 3,48 | 4,43 | 0 | 53,7 | 75 | 7,00 Р |
| ЗАВТРАК | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 69,8 | Пром | 1,76 Р |
| | Каша гречневая молочная | 200 | 2,5 | 4,6 | 37,5 | 177,8 | ТТК | 14,00 Р |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 457 | 2,21 Р |
| | Кондитерское изделие (вафли) | 30 | 1,17 | 9,18 | 18,75 | 162,3 | 580 | 25,00 Р |
| | Хлеб ржаной | 25 | 2 | 0,41 | 10,26 | 52,5 | 574 | 2,38 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 500 | 11,65 | 18,92 | 90,61 | 554,5 | | 52,35 Р |
| ОБЕД | Суп картофельный с фрикадельками | 250 | 10,1 | 9,4 | 15,9 | 188,7 | 123/145 | 52,00 Р |
| | Рыба, запеченная с картофелем | 220 | 15,31 | 3,78 | 16,37 | 161,92 | 313 | 71,00 Р |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 20,1 | 84 | 495 | 6,02 Р |
| | Кондитерское изделие (вафли) | 40 | 1,56 | 12,24 | 25 | 216,4 | 580 | 25,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 116,9 | Пром | 2,94 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12,1 | 62,4 | Пром | 2,38 Р |
| | Фрукты свежие (нектарин) | 100 | 0,1 | 0,3 | 8,9 | 44 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 890 | 33,87 | 26,72 | 122,97 | 874,32 | | 167,34 Р |
| ПОЛДНИК | Слойка с яблоками | 70 | 8 | 12 | 9 | 125 | ТТК-26 | 50,00 Р |
| | Сок | 200 | 0,6 | 0 | 33 | 136 | 501 | 10,00 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,1 | 0,3 | 8,9 | 44 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 370 | 8,7 | 12,3 | 50,9 | 305 | | 68,00 Р |

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|------------------|--|------------|------------------|------|----------|-------------------------|-----------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 10 | Суфле из творога паровое | 130 | 16,9 | 6,5 | 16,9 | 193,7 | 284 | 35,00 Р |
| ЗАВТРАК | Сметана 15% | 25 | 0,6 | 3,8 | 0,8 | 39,8 | 433 | 6,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 69,8 | Пром | 1,76 Р |
| | Напиток из шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 18,3 | 77,9 | 496 | 8,97 Р |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8,1 | 41,8 | 574 | 1,59 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 46,8 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 505 | 22,2 | 11,4 | 67,8 | 467,4 | | 61,32 Р |
| ОБЕД | Икра кабачковая | 60 | 1,1 | 5,3 | 4,6 | 71,4 | 115 | 7,20 Р |
| | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 200 | 2,3 | 3,3 | 9,8 | 78,5 | 129 | 12,00 Р |
| | Рыбные палочки | 110 | 4,58 | 13,2 | 6,6 | 146,91 | ТТК-3 | 56,00 Р |
| | Соус красный основной | 30 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 54-3 | 6,00 Р |
| | Пюре картофельное | 150 | 4 | 6 | 8,7 | 104,8 | 377 | 18,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,8 | 118 | Пром | 2,94 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,5 | 0,5 | 12,2 | 62,4 | Пром | 2,38 Р |
| | Напиток из шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 18,3 | 77,9 | 496 | 8,97 Р |
| Фрукты (яблоко) | 110 | 0,4 | 0,4 | 10,7 | 51,5 | 113 | 8,00 Р | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 940 | 20,38 | 30,1 | 98,4 | 732,61 | | 121,49 Р |
| ПОЛДНИК | Котлета говяжья, запеченная в тесте | 70 | 9,7 | 10 | 12 | 115 | ТТК-5 | 57,00 Р |
| | Сок | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 120 | 501 | 10,00 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 46,8 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 370 | 11,5 | 10,6 | 48,2 | 281,8 | | 75,00 Р |

Зав. производством _____