

СОГЛАСОВАНО:

ДИРЕКТОР

МБОУ "Соколинская НОШ им.Павленко А.Я."

M.П.



УТВЕРЖДАЮ:

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ
ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ (ГКФХ)

Помогалов И.Н.

М.П.

02.09.2024

**МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ДЛЯ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
ПОЛУЧАЮЩИХ ОБРАЗОВАНИЕ В ПЕРВУЮ СМЕНУ
(горячий завтрак)**

2024 год.

показ затрат

Неделя: первая						
Возрастная категория: 7-11 лет						
1 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Каша жидкая молочная	260	7,18	12,76	38,55	298,81	181
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	395
Сыр порционный	15	3,48	4,42	0,00	54,00	15
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПШ
Хлеб ржаной — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	ПШ
Итого за завтрак:	515	17,86	20,25	77,42	566,51	
Неделя: первая						
Возрастная категория: 7-11 лет						
2 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Котлеты рыбные	90	7,82	6,59	11,22	135,00	234
Картофельное пюре	150	3,20	9,46	18,58	178,61	312
Омлет по — сезону	60	1,02	3,00	5,07	51,42	20
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПШ
Хлеб ржаной — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	ПШ
Чай с сахаром в лимонном	180/7	0,12	0,02	10,20	41,00	393
Итого за завтрак:	547	16,51	19,73	69,58	528,73	
Неделя: первая						
Возрастная категория: 7-11 лет						
3 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Омлет по-сезону	60	1,02	3,00	5,07	51,42	45
Плов из птицы	180	15,20	8,88	32,81	272,40	291
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПШ
Хлеб ржаной — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	ПШ
Чай с сахаром в лимонном	180/7	0,12	0,02	10,20	41,00	393
Кондитерское изделие	30	0,12	0,02	10,20	41,00	ПШ
Итого за завтрак:	517	20,82	12,58	82,79	528,52	
Неделя: первая						
Возрастная категория: 7-11 лет						
4 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Запеканка из творога с соусом яблочным	170	17,54	13,27	47,60	324,00	223
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПШ
Фрукты свежие	120	1,80	0,60	25,20	115,20	338
Итого за завтрак:	500	21,77	14,19	97,28	549,70	
Неделя: первая						
Возрастная категория: 7-11 лет						

школа завтрак

5 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Котлета мясная с маслом сливочным	90	8,27	9,12	7,81	168,71	268
Рагу из овощей	155	2,61	16,22	12,70	209,62	143
Хлеб пшеничный	40	2,37	0,30	14,49	70,50	ПП
Хлеб ржаной — пшеничный	35	1,98	0,36	10,02	52,20	ПП
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Итого за завтрак:	500	15,29	26,02	55,01	541,03	
Исходы: вторак						
Возрастная категория: 7-11 лет						
6 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Исра кабатчиков	60	0,72	2,83	4,63	46,80	ПП
Омлет натуральный	110	16,17	28,80	3,06	336,00	210
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПП
Хлеб ржаной — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	ПП
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Фрукты свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,40	338
Итого за завтрак:	530	21,78	32,79	53,95	601,90	
Исходы: вторак						
Возрастная категория: 7-11 лет						
7 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Каша жидкая молочная	255	7,63	12,52	33,45	278,21	182
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПП
Хлеб ржаной — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	ПП
Сыр порционный	10	3,48	4,42	0,00	54,00	15
Каша витаминизированная	180	2,78	0,67	26,00	125,11	ПП
Итого за завтрак:	505	18,24	18,27	63,96	580,02	
Исходы: вторак						
Возрастная категория: 7-11 лет						
8 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Шницель рыбный с маслом сливочным	90	11,16	12,55	8,95	188,18	235
Картофельное пюре	150	3,20	9,46	18,58	178,61	312
Овощи по-сезону	60	1,02	3,00	5,07	51,42	45
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	ПП
Хлеб ржаной — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	ПП
Чай с сахаром и лимоном	180/7	0,12	0,02	10,20	41,00	393
Итого за завтрак:	547	19,85	25,69	67,32	591,91	

пицца завтрак

Неделя: вторая						
Возрастная категория: 7-11 лет						
9 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Гуляш из отварной говядины	90	13,38	14,08	3,27	164,00	246
Каша рисовая с маслом	150	8,60	4,27	38,64	243,75	302
Дополнительный гарнир	30	1,02	3,00	5,07	51,42	71
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	111
Хлеб ржаной — пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20	111
Чай с сахаром и лимоном	180/7	0,12	0,02	10,20	41,00	393
Итого за завтрак:	517	27,47	22,03	81,70	622,87	
Неделя: вторая						
Возрастная категория: 7-11 лет						
10 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Максимальные изделия отварные с сыром	150	11,51	13,53	29,00	284,24	204
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	111
Дополнительный гарнир	30	1,02	3,00	5,07	51,42	71
Чай с сахаром и лимоном	180/7	0,12	0,02	10,20	41,00	393
Фрукты свежие	180	1,95	0,65	27,30	105,60	338
Итого за завтрак:	577	16,97	17,50	86,06	552,76	