



Меню на 09.10.2024

Меню приготавливаемых блюд, в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>2 Неделя</b>							
<b>Возрастная категория: 7-11 лет для льготной категории I смена</b>							
<b>День 8 (Среда)</b>							
Завтрак	Колбасные изделия отварные (колбаса вареная молочная, или соски молочные)	90	8,80	16,05	0,14	180,24	TK №353-II
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	4,62	3,82	28,42	166,52	TK №256-II
	Чай с молоком (чай черный высшего сорта, сахар, молоко 3,2%)	180	1,40	1,03	9,21	51,68	TK №460-II
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80	TK №573-II
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	TK №82-II
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>540</b>	<b>16,73</b>	<b>21,46</b>	<b>57,41</b>	<b>489,64</b>	
Обед	Салат картофельный с огурцами солеными (картофель, огурцы соленые, морковь, лук репчатый, масло растительное)	80	1,68	5,04	6,56	78,40	TK №43-II
	Борщ с фасолью и картофелем (картофель, морковь, лук репчатый, свекла, фасоль, томатная паста, масло растительное, соль йодированная, сметана 15%)	200	2,94	5,10	11,81	104,99	TK №96-II
	Котлета рыбная (минтай (или треска), молоко 3,2%, хлеб пшеничный, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная)	100	12,86	4,73	10,16	134,59	TK №307-II
	Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	3,57	4,77	36,05	201,41	TK №385-II
	Напиток из шиповника (плоды шиповника сухие, сахар)	180	0,58	0,22	13,63	58,83	TK №496-II
	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	TK №574-II
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	81,90	TK №573-II
<b>Итого за обед:</b>		<b>785</b>	<b>27,48</b>	<b>20,73</b>	<b>111,46</b>	<b>742,51</b>	
<b>Итого за день 8:</b>			<b>44,22</b>	<b>42,19</b>	<b>168,87</b>	<b>1232,15</b>	
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>День 8 (Среда)</b>							
Завтрак I смена	Колбасные изделия отварные (колбаса вареная молочная, или соски молочные)	90	8,80	16,05	0,14	180,24	TK №353-II
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	4,62	3,82	28,42	166,52	TK №256-II
	Чай с молоком (чай черный высшего сорта, сахар, молоко 3,2%)	180	1,40	1,03	9,21	51,68	TK №460-II
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80	TK №573-II
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	TK №82-II
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>540</b>	<b>16,73</b>	<b>21,46</b>	<b>57,41</b>	<b>489,64</b>	
<b>Итого за день 9:</b>			<b>16,73</b>	<b>21,46</b>	<b>57,41</b>	<b>489,64</b>	
<b>Возрастная категория 7-11 лет для обучающихся не относящихся к льготной категории, гипоаллергенная диета 4 класс.</b>							
<b>исключены: глютен, сахар, свинина, помидоры.</b>							
<b>День 8 (Среда)</b>							
Завтрак	Колбасные изделия отварные (колбаса вареная молочная, или соски молочные)	90	8,80	16,05	0,14	180,24	TK №353-II
	Каши перловая рассыпчатая (крупа перловая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	4,70	4,35	28,31	171,17	TK №207-II
	Чай с молоком без сахара (чай черный высшего сорта, молоко 3,2%)	180	1,40	1,03	2,02	22,95	TK №460/I-II
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	TK №82-II
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>520</b>	<b>15,29</b>	<b>21,82</b>	<b>40,27</b>	<b>418,76</b>	

Зав. Столовой \_\_\_\_\_ Доценко И.М.

Технолог общ питания \_\_\_\_\_ Деменкова А.А.





Меню на 09.10.2024

Меню приготавливаемых блюд, в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			ЭЦ, ккал	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>2 Неделя</b>							
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше для льготной категории I смена</b>							
<b>День 8 (Среда)</b>							
Завтрак	Колбасные изделия отварные (колбаса вареная молочная, или соски молочные)	100	9,78	17,83	0,16	200,27	TK №353-II
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	180	5,54	4,59	34,10	199,82	TK №256-II
	Чай с молоком (чай черный высшего сорта, сахар, молоко 3,2%)	200	1,56	1,14	10,23	57,42	TK №460-II
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	TK №573-II
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	TK №82-II
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>610</b>	<b>19,55</b>	<b>24,20</b>	<b>69,05</b>	<b>572,11</b>	
Обед	Салат картофельный с огурцами солеными (картофель, огурцы соленые, морковь, лук репчатый, масло растительное)	100	2,10	6,30	8,20	98,00	TK №43-II
	Борщ с фасолью и картофелем (картофель, морковь, лук репчатый, свекла, фасоль, томатная паста, масло растительное, соль йодированная, сметана 15%)	250	3,62	6,05	14,68	127,70	TK №96-II
	Котлета рыбная (минтай (или треска), молоко 3,2%, хлеб пшеничный, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная)	120	15,43	5,67	12,19	161,50	TK №307-II
	Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	180	4,28	5,72	43,25	241,69	TK №385-II
	Напиток из шиповника (плоды шиповника сухие, сахар)	200	0,64	0,24	15,15	65,37	TK №496-II
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,75	20,05	103,00	TK №574-II
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	TK №573-II
<b>Итого за обед:</b>		<b>950</b>	<b>33,87</b>	<b>25,13</b>	<b>138,12</b>	<b>914,25</b>	
<b>Итого за день 8:</b>			<b>53,42</b>	<b>49,33</b>	<b>207,17</b>	<b>1486,36</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
<b>День 8 (Среда)</b>							
Завтрак	Колбасные изделия отварные (колбаса вареная молочная, или соски молочные)	50	5,50	10,03	0,09	112,65	TK №353-II
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	5,33	4,41	32,79	192,14	TK №256-II
	Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)	200	0,20	0,05	8,05	33,44	TK №457-II
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80	TK №573-II
	Фрукт свежий	130	0,60	0,60	14,70	66,60	TK №82-II
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>13,15</b>	<b>15,25</b>	<b>65,47</b>	<b>451,62</b>	

Зав. Столовой \_\_\_\_\_ Доценко И.М.

Технолог общ питания \_\_\_\_\_ Деменкова А.А.