



Меню на 10.09.2024

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	Регистратуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
2 Неделя							
Возрастная категория: 7-11 лет для льготной категории I смена							
День 7 (Вторник)							
Завтрак	Биточки из говядины (говядина, молоко 3,2%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная)	90	10,54	7,36	9,06	144,74	ТК №339-П
	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	4,67	3,10	22,30	135,78	ТК №202-П
	Соус сметанный с томатом и луком (сметана 15%, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная, соль йодированная)	20	0,41	1,72	1,32	22,40	ТК №411-П
	Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)	200	0,20	0,05	8,05	33,44	ТК №457-П
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80	ТК №573-П
	Кондитерские изделия (печенье песочное)	30	0,55	1,90	18,60	91,50	ТК №580-П
Итого за завтрак:		510	17,90	14,29	69,18	474,65	
Обед	Салат из капусты белокочанной (капуста белокочанная, морковь, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная)	90	1,40	4,89	3,81	64,85	ТК №1-П
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина 1 кат. (или говядина б/к), картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное 72,5%, яйцо куриное 1 кат., соль йодированная)	200	5,41	3,45	11,83	100,03	ТК №80-Т
	Печень говяжья по-строгановски (печень говяжья, мука пшеничная, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	90	16,16	5,29	5,64	134,80	ТК №356-П
	Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	4,70	4,35	28,31	171,17	ТК №207-П
	Компот из ягод замороженных (смесь ягод замороженных, сахар)	180	0,17	0,06	6,92	28,92	ТК №491-П
	Хлеб ржаной	55	4,40	0,83	22,06	113,30	ТК №574-П
	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	128,70	ТК №573-П
Итого за обед:		820	36,41	19,31	105,62	741,77	
Итого за день 7:			54,31	33,60	174,80	1216,42	
Возрастная категория: 7-11 лет							
День 7 (Вторник)							
Завтрак I смена	Биточки из говядины (говядина, молоко 3,2%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная)	90	10,54	7,36	9,06	144,74	ТК №339-П
	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	4,67	3,10	22,30	135,78	ТК №202-П
	Соус сметанный с томатом и луком (сметана 15%, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная, соль йодированная)	20	0,41	1,72	1,32	22,40	ТК №411-П
	Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)	200	0,20	0,05	8,05	33,44	ТК №457-П
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80	ТК №573-П
	Кондитерские изделия (печенье песочное)	30	0,55	1,90	18,60	91,50	ТК №580-П
Итого за завтрак:		510	17,90	14,29	69,18	474,65	
Итого за день 8:			17,90	14,29	69,18	474,65	

Зав. Столовой _____ Доценко И.М.

Технолог общ питания _____ Деменкова А.А.

Мед.Работник _____



Меню на 10.09.2024

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		
2 Неделя							
Возрастная категория: 12 лет и старше для льготной категории I смена							
День 7 (Вторник)							
Завтрак	Биточки из говядины (говядина, молоко 3,2%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная)	100	11,71	8,18	10,07	160,82	ТК №339-П
	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	180	5,60	3,72	26,76	162,94	ТК №202-П
	Соус сметанный с томатом и луком (сметана 15%, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная, соль йодированная)	30	0,62	2,58	1,98	33,60	ТК №411-П
	Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)	200	0,20	0,05	8,05	33,44	ТК №457-П
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,50	ТК №573-П
	Кондитерские изделия (печенье песочное)	45	0,83	2,85	27,90	137,25	ТК №580-П
Итого за завтрак:		580	20,86	17,58	87,06	586,54	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов (помидоры свежие, огурцы свежие, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная)	100	0,94	6,15	3,47	74,23	ТК №19-Т
	Суп из овощей (курица потрошенная 1 кат., картофель, капуста белокочанная свежая, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло растительное, соль йодированная, сметана 15%)	250	7,02	9,77	9,74	154,36	ТК №116-П
	Суфле из курицы (курица, яйцо куриное 1 кат., молоко 3,2%, мука пшеничная, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная)	100	12,57	14,45	2,71	191,11	ТК №368-П
	Пюре картофельное (картофель, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	180	3,68	6,88	24,12	173,14	ТК №377-П
	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимонная кислота)	200	0,38	0,00	17,10	69,89	ТК №495-П
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,60	ТК №574-П
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60	ТК №573-П
Итого за обед:		830	32,43	38,47	100,88	879,93	
Итого за день 7:			53,29	56,05	187,94	1466,47	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
День 7 (Вторник)							
Завтрак	Биточки из говядины (говядина, молоко 3,2%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная)	50	8,11	5,67	6,97	111,34	ТК №339-П
	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	8,51	5,90	37,17	235,80	ТК №202-П
	Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)	200	0,20	0,05	8,05	33,44	ТК №457-П
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80	ТК №573-П
	Фрукт свежий	140	0,60	0,60	14,70	66,60	ТК №82-П
Итого за завтрак:		560	18,94	12,37	76,73	493,97	

Зав. Столовой  Доценко И.М.

Технолог общ питания  Деменкова А.А.

Мед.Работник 