




**Меню на 21.10.2024**

**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	№ Рецентуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>2 Неделя</b>							
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше для льготной категории I смена</b>							
<b>День 6 (Понедельник)</b>							
Завтрак	Каша пшениная молочная с маслом сливочным (крупа пшениная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	160	5,37	8,90	24,27	198,65	ТК №235-П
	Сыр полутвердый (порциями)	30	6,96	8,85	0,00	109,20	ТК №75-П
	Напиток кофейный с молоком (кофейный напиток, сахар, молоко 3,2%)	180	1,58	1,35	9,25	55,43	ТК №465-П
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20	ТК №573-П
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	ТК №82-П
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>500</b>	<b>16,59</b>	<b>19,74</b>	<b>58,08</b>	<b>477,89</b>	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов (помидоры свежие, огурцы свежие, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная)	90	0,85	5,54	3,12	66,81	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%)	200	6,67	8,84	7,72	136,53	ТК №116-П
	Суфле из курицы (курица, яйцо куриное 1 кат., молоко 3,2%, мука пшеничная, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная)	90	11,31	13,01	2,44	172,00	ТК №368-П
	Пюре картофельное (картофель, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	3,07	5,73	20,10	144,29	ТК №377-П
	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимонная кислота)	180	0,34	0,00	15,39	62,90	ТК №495-П
	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	ТК №574-П
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	81,90	ТК №573-П
<b>Итого за обед</b>		<b>785</b>	<b>28,10</b>	<b>33,99</b>	<b>82,03</b>	<b>746,82</b>	
<b>Итого за день 6:</b>			<b>44,69</b>	<b>53,73</b>	<b>140,11</b>	<b>1224,70</b>	
<b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>							
<b>День 6 (Понедельник)</b>							
Завтрак	Каша пшениная молочная с маслом сливочным (крупа пшениная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	6,78	9,57	30,71	236,11	ТК №235-П
	Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)	200	0,20	0,05	8,05	33,44	ТК №457-П
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	81,90	ТК №573-П
	Фрукт свежий	120	0,60	0,60	14,70	66,60	ТК №82-П
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>555</b>	<b>10,24</b>	<b>10,50</b>	<b>70,68</b>	<b>418,05</b>	

Зав. Столовой \_\_\_\_\_  Допенко И.М.

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



Меню на 21.10.2024

**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: 7-11 лет для льготной категории I смена</b>							
<b>День 6 (Понедельник)</b>							
Завтрак	Каша пшенная молочная с маслом сливочным (крупа пшенная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	160	5,37	8,90	24,27	198,65	TK №235-II
	Сыр полутвердый (порциями)	30	6,96	8,85	0,00	109,20	TK №75-II
	Напиток кофейный с молоком (кофейный напиток, сахар, молоко 3,2%)	180	1,58	1,35	9,25	55,43	TK №465-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>500</b>	<b>16,59</b>	<b>19,74</b>	<b>58,08</b>	<b>477,89</b>	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов (помидоры свежие, огурцы свежие, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная)	90	0,85	5,54	3,12	66,81	TK №19-T
	Суп из овощей (курица погрошенная 1 кат., картофель, капуста белокочанная свежая, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло растительное, соль йодированная, сметана 15%)	200	6,67	8,84	7,72	136,53	TK №116-II
	Суфле из курицы (курица, яйцо куриное 1 кат., молоко 3,2%, мука пшеничная, масло сливочное 72,5%, масло растительное, соль йодированная)	90	11,31	13,01	2,44	172,00	TK №368-II
	Пюре картофельное (картофель, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	3,07	5,73	20,10	144,29	TK №377-II
	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимонная кислота)	180	0,34	0,00	15,39	62,90	TK №495-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>28,10</b>	<b>33,99</b>	<b>82,03</b>	<b>746,82</b>	
<b>Итого за день 6:</b>			<b>44,69</b>	<b>53,73</b>	<b>140,11</b>	<b>1224,70</b>	
<b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>							
<b>День 6 (Понедельник)</b>							
Завтрак I смена	Каша пшенная молочная с маслом сливочным (крупа пшенная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	160	5,37	8,90	24,27	198,65	TK №235-II
	Сыр полутвердый (порциями)	30	6,96	8,85	0,00	109,20	TK №75-II
	Напиток кофейный с молоком (кофейный напиток, сахар, молоко 3,2%)	180	1,58	1,35	9,25	55,43	TK №465-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>500</b>	<b>16,59</b>	<b>19,74</b>	<b>58,08</b>	<b>477,89</b>	
<b>Итого за день 7:</b>			<b>16,59</b>	<b>19,74</b>	<b>58,08</b>	<b>477,89</b>	
<b>Возрастная категория 7-11 лет для обучающихся не относящихся к льготной категории, гипоаллергенная диета 4 класс, исключены: глютен, сахар, свинина, помидоры.</b>							
<b>День 6 (Понедельник)</b>							
Завтрак	Каша пшенная молочная с маслом сливочным без сахара (крупа пшенная, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	160	5,37	8,90	21,55	187,76	TK №235/I-II
	Сыр полутвердый (порциями)	30	6,96	8,85	0,00	109,20	TK №75-II
	Напиток кофейный с молоком без сахара (кофейный напиток, молоко 3,2%)	180	1,58	1,35	2,07	26,70	TK №465/I-II
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	TK №82-II
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>470</b>	<b>14,31</b>	<b>19,50</b>	<b>33,42</b>	<b>368,07</b>	

Зав. Столовой \_\_\_\_\_ Доценко И.М.

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



**Меню на 21.09.2024**

**Возрастная категория 12 лет и старше, для обучающихся не относящихся к льготной категории, гипоаллергенная диета 5 класс, исключены: курица, рыба, яйцо, молочные продукты.**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			ЭЦ, ккал	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>2 Неделя</b>							
<b>День 6 (Понедельник)</b>							
Завтрак	Каша пшеничная с маслом растительным без молока (крупа пшеничная, сахар, масло растительное, соль йодированная)	250	6,23	8,28	39,33	256,58	ТК №235/2-П
	Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)	200	0,20	0,05	8,05	33,44	ТК №457-П
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	ТК №573-П
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	ТК №82-П
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>600</b>	<b>10,63</b>	<b>9,13</b>	<b>81,78</b>	<b>451,41</b>	

**Возрастная категория 12 лет и старше, для обучающихся не относящихся к льготной категории, гипоаллергенная диета 8 класс, исключены: рыба, яйцо, молоко, орехи, морковь.**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			ЭЦ, ккал	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>2 Неделя</b>							
<b>День 6 (Понедельник)</b>							
Завтрак	Каша пшеничная с маслом растительным без молока (крупа пшеничная, сахар, масло растительное, соль йодированная)	250	6,23	8,28	39,33	256,58	ТК №235/2-П
	Сыр полутвердый (порциями)	30	6,96	8,85	0,00	109,20	ТК №75-П
	Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)	200	0,20	0,05	8,05	33,44	ТК №457-П
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	ТК №573-П
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	ТК №82-П
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>630</b>	<b>17,59</b>	<b>17,98</b>	<b>81,78</b>	<b>560,61</b>	

**Возрастная категория 12 лет и старше, для обучающихся относящихся к льготной категории, гипоаллергенная диета 9 класс, исключены продукты с содержанием глютена.**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			ЭЦ, ккал	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>2 Неделя</b>							
<b>День 6 (Понедельник)</b>							
Завтрак	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (крупа пшеничная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	6,78	9,57	30,71	236,11	ТК №235-П
	Сыр полутвердый (порциями)	40	9,28	11,80	0,00	145,60	ТК №75-П
	Напиток кофейный с молоком (кофейный напиток, сахар, молоко 3,2%)	200	1,78	1,53	10,29	62,04	ТК №465-П
	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40	ТК №82-П
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>540</b>	<b>18,24</b>	<b>23,30</b>	<b>50,80</b>	<b>488,15</b>
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
	Шюре 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
	<b>Итого за обед:</b>		<b>830</b>	<b>24,59</b>	<b>37,25</b>	<b>57,14</b>	<b>662,73</b>
<b>Итого за день 6:</b>			<b>42,84</b>	<b>60,55</b>	<b>107,94</b>	<b>1150,88</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			ЭЦ, ккал	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>2 Неделя</b>							
<b>День 6 (Понедельник)</b>							
Завтрак	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (крупа пшеничная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	6,78	9,57	30,71	236,11	ТК №235-П
	Сыр полутвердый (порциями)	40	9,28	11,80	0,00	145,60	ТК №75-П
	Напиток кофейный с молоком (кофейный напиток, сахар, молоко 3,2%)	200	1,78	1,53	10,29	62,04	ТК №465-П
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	81,90	ТК №573-П

Фрукт свежий (кроме citrusовых)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	ТК №82-П
Итого за завтрак:	575	20,90	23,58	68,02	570,05	

Зав. Столовой \_\_\_\_\_ Доценко И.М.

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