

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ №6
 Никонов Ю.Д.



Меню на 22.11.2024

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: 7-11 лет для льготной категории I смена							
День 10 (Пятница)							
Завтрак	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным (крупа кукурузная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	4,16	8,21	23,81	185,85	ТК №233-П
	Булочка дорожная (мука пшеничная, сахар, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная)	50	3,27	7,39	4,53	97,77	ТК №543-П
	Какао с молоком (какао, сахар, молоко 3,2%)	180	1,84	1,37	9,41	57,63	ТК №462-П
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80	ТК №573-П
	Кисломолочный напиток (йогурт питьевой 2,5%)	180	6,12	4,50	9,90	104,58	ТК №470-П
Итого за завтрак:		580	16,91	21,63	57,49	492,63	
Обед	Салат "Школьный" (свекла, огурцы соленые, горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная)	90	1,28	3,26	5,81	57,67	ТК №39-Т
	Суп рыбный из консервов (консервы рыбные натуральные, картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	5,08	6,27	13,90	132,28	ТК №84-Т
	Кнели из курицы с рисом (курица, крупа рисовая, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	90	11,08	10,63	4,75	159,04	ТК №371-П
	Картофель, запеченный в сметанном соусе (картофель, сыр твердый (полутвердый), сметана 15%, мука пшеничная, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	3,48	8,02	17,42	155,78	ТК №181-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	40	3,04	0,32	19,68	93,60	ТК №573-П
Итого за обед:		790	27,50	29,10	92,98	743,67	
Итого за день 10:			44,40	50,73	150,47	1236,30	
Возрастная категория: 7-11 лет							
День 10 (Пятница)							
Завтрак I смена	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным (крупа кукурузная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	150	4,16	8,21	23,81	185,85	ТК №233-П
	Булочка дорожная (мука пшеничная, сахар, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная)	50	3,27	7,39	4,53	97,77	ТК №543-П
	Какао с молоком (какао, сахар, молоко 3,2%)	180	1,84	1,37	9,41	57,63	ТК №462-П
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80	ТК №573-П
	Кисломолочный напиток (йогурт питьевой 2,5%)	180	6,12	4,50	9,90	104,58	ТК №470-П
Итого за завтрак:		580	16,91	21,63	57,49	492,63	
Итого за день 11:			16,91	21,63	57,49	492,63	
Возрастная категория 7-11 лет для обучающихся не относящихся к льготной категории, гипоаллергенная диета 4 класс, исключены: глютен, сахар, свинина, помидоры.							
День 10 (Пятница)							
Завтрак	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным (крупа кукурузная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%)	150	4,16	8,21	21,27	175,68	ТК №233/1-П
	Яйцо вареное (яйцо куриное 1 кат.)	40	4,77	4,05	0,25	56,55	ТК №267-П
	Чай с молоком без сахара (чай черный высшего сорта, молоко 3,2%)	180	1,40	1,03	2,02	22,95	ТК №460/1-П
	Кисломолочный напиток без сахара (йогурт питьевой 2,5%)	180	6,12	4,50	9,90	104,58	ТК №470-П
Итого за завтрак:		550	16,45	17,79	33,44	359,76	

Зав. Столовой _____ Доенко И.М.

Технолог общ питания _____ Деменкова А.А.

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ №6
 Никонов Ю.Д.



Меню на 22.11.2024

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 10 (Пятница)							
Завтрак	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным (крупа кукурузная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	5,62	8,87	32,27	231,44	ТК №233-П
	Булочка дорожная (мука пшеничная, сахар, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная)	60	3,92	8,87	5,44	117,32	ТК №543-П
	Какао с молоком (какао, сахар, молоко 3,2%)	200	2,09	1,55	10,48	64,68	ТК №462-П
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,50	ТК №573-П
	Кисломолочный напиток (йогурт питьевой 2,5%)	180	6,12	4,50	9,90	104,58	ТК №470-П
Итого за завтрак:		665	19,66	23,99	70,38	576,52	
Обед	Салат "Школьный" (свекла, огурцы соленые, горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная)	100	1,42	3,62	6,45	64,08	ТК №39-Т
	Суп рыбный из консервов (консервы рыбные натуральные, картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	250	5,55	6,99	17,76	156,03	ТК №84-Т
	Кнели из курицы с рисом (курица, крупа рисовая, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	100	12,31	11,81	5,28	176,71	ТК №371-П
	Картофель, запеченный в сметанном соусе (картофель, сыр твердый (полутвердый), сметана 15%, мука пшеничная, масло растительное, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	180	4,18	9,62	20,90	186,94	ТК №181-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	50	3,80	0,40	24,60	117,00	ТК №573-П
Итого за обед:		940	32,43	33,34	116,15	894,24	
Итого за день 10:			52,09	57,33	186,53	1470,76	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
День 10 (Пятница)							
Завтрак	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным (крупа кукурузная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	5,62	8,87	32,27	231,44	ТК №233-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	150	0,60	0,60	14,70	66,60	ТК №82-П
Итого за завтрак:		570	7,94	9,68	64,86	378,27	

Зав. Столовой _____ Доценко И.М.

Технолог общ питания _____ Деменкова А.А.



Меню на 22.11.2024

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		
2 Неделя							
День 10 (Пятница)							
Завтрак	Каша кукурузная с маслом растительным без молока (крупа кукурузная, сахар, масло растительное, соль)	250	5,08	7,28	46,53	271,95	ТК №233/2-П
	Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)	200	0,20	0,05	8,05	33,44	ТК №457-П
	Кондитерские изделия (печенье песочное)	45	0,83	2,85	27,90	137,25	ТК №580-П
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	ТК №573-П
Итого за завтрак:		545	9,90	10,58	107,08	559,64	

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		
2 Неделя							
День 10 (Пятница)							
Завтрак	Каша кукурузная с маслом растительным без молока (крупа кукурузная, сахар, масло растительное, соль йодированная)	250	5,08	7,28	46,53	271,95	ТК №233/2-П
	Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)	15	0,12	10,88	0,20	99,15	ТК №79-П
	Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)	200	0,20	0,05	8,05	33,44	ТК №457-П
	Кондитерские изделия (печенье песочное)	45	0,83	2,85	27,90	137,25	ТК №580-П
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	ТК №573-П
Итого за завтрак:		560	10,02	21,45	107,27	658,79	

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		
2 Неделя							
День 10 (Пятница)							
Завтрак	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным (крупа кукурузная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	5,62	8,87	32,27	231,44	ТК №233-П
	Яйцо вареное (яйцо куриное 1 кат.)	40	4,77	4,05	0,25	56,55	ТК №267-П
	Какао с молоком (какао, сахар, молоко 3,2%)	200	2,09	1,55	10,48	64,68	ТК №462-П
	Кисломолочный напиток (йогурт питьевой 2,5%)	180	6,12	4,50	9,90	104,58	ТК №470-П
Итого за завтрак:		620	18,61	18,97	52,89	457,25	

Обед	Салат "Школьный" (свекла, огурцы соленые, горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная)	100	1,42	3,62	6,45	64,08	ТК №39-Т
	Суп рыбный из консервов (консервы рыбные натуральные, картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	250	5,55	6,99	17,76	156,03	ТК №84-Т
	Кнели из курицы с рисом (курица, крупа рисовая, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	100	12,31	11,81	5,28	176,71	ТК №371-П
	Картофель, запеченный в сметанном соусе (картофель, сыр твердый (полутвердый), сметана 15%, мука пшеничная, масло растительное, масло сливочное 72,5%)	180	4,18	9,62	20,90	186,94	ТК №181-П
	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимонная кислота)	200	0,38	0,00	17,10	69,89	ТК №495-П
Итого за обед:		830	23,83	32,04	67,49	653,64	

Итого за день 10:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			ЭЦ, ккал	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
2 Неделя							
День 10 (Пятница)							
	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным (крупа кукурузная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)	200	5,62	8,87	32,27	231,44	ТК №233-П

Завтрак	Булочка дорожная (мука пшеничная, сахар, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная)	60	3,92	8,87	5,44	117,32	ТК №543-П
	Какао с молоком (какао, сахар, молоко 3,2%)	200	2,09	1,55	10,48	64,68	ТК №462-П
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,50	ТК №573-П
	Кисломолочный напиток (йогурт питьевой 2,5%)	180	6,12	4,50	9,90	104,58	ТК №470-П
Итого за завтрак:	665	19,66	23,99	70,38	576,52		

Зав. Столовой _____ Доценко И.М.

Технолог общ питания _____ Деменкова А.А.