



Меню на 28.10.2024

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 | | |
| 1 Неделя | | | | | | | |
| Возрастная категория: 7-11 лет для льготной категории I смена | | | | | | | |
| День 1 (Понедельник) | | | | | | | |
| Завтрак | Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным (крупа рисовая, крупа пшеничная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная) | 200 | 4,79 | 8,95 | 23,72 | 194,48 | ТК №229-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 | 35 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 81,90 | ТК №573-П |
| | Фрукт свежий | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 | ТК №82-П |
| Итого за завтрак: | | 545 | 16,38 | 19,83 | 59,99 | 485,41 | |
| Обед | Салат витаминный (капуста белокочанная, морковь, яблоки свежие, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная) | 90 | 1,08 | 4,59 | 4,95 | 65,70 | ТК №2-П |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями (курица потрошёная 1 кат., картофель, морковь, лук репчатый, макаронные изделия, масло сливочное 72,5%, соль йодированная) | 200 | 7,25 | 5,69 | 14,52 | 137,69 | ТК №79-Т |
| | Рагу из курицы (курица, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная, масло сливочное 72,5%, соль йодированная) | 180 | 19,71 | 15,65 | 15,39 | 281,30 | ТК №376-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: | | 730 | 34,62 | 26,86 | 85,97 | 723,59 | |
| Итого за день 1: | | | 51,00 | 46,68 | 145,96 | 1209,00 | |
| Возрастная категория: 7-11 лет | | | | | | | |
| День 1 (Понедельник) | | | | | | | |
| Завтрак I смена | Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным (крупа рисовая, крупа пшеничная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная) | 200 | 4,79 | 8,95 | 23,72 | 194,48 | ТК №229-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 | 35 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 81,90 | ТК №573-П |
| | Фрукт свежий | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 | ТК №82-П |
| Итого за завтрак: | | 545 | 16,38 | 19,83 | 59,99 | 485,41 | |
| Итого за день 1: | | | 16,38 | 19,83 | 59,99 | 485,41 | |
| Возрастная категория 7-11 лет для обучающихся не относящихся к льготной категории, гипоаллергенная диета 4 класс, исключены: глютен, сахар, свинина, помидоры, | | | | | | | |
| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества, г | | | ЭЦ, ккал | № Рецептуры |
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 Неделя | | | | | | | |
| День 1 (Понедельник) | | | | | | | |
| Завтрак | Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным без сахара (крупа рисовая, крупа пшеничная, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная) | 200 | 4,79 | 8,95 | 20,28 | 180,69 | ТК №229/1-П |
| | Сыр полутвердый (порциями) | 30 | 6,96 | 8,85 | 0,00 | 109,20 | ТК №75-П |
| | Напиток кофейный с молоком без сахара (кофейный напиток, молоко 3,2%) | 180 | 1,58 | 1,35 | 2,07 | 26,70 | ТК №465/1-П |
| | Фрукт свежий | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 | ТК №82-П |
| Итого за завтрак: | | 510 | 13,72 | 19,55 | 32,15 | 360,99 | |

Зав. Столовой _____ Доценко И.М.



Меню на 28.10.2024

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 | | |
| 1 Неделя | | | | | | | |
| Возрастная категория: 12 лет и старше для льготной категории I смена | | | | | | | |
| День 1 (Понедельник) | | | | | | | |
| Завтрак | Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным (крупа рисовая, крупа пшеничная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная) | 220 | 5,28 | 9,22 | 26,20 | 208,83 | ТК №229-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 | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,60 | ТК №573-П |
| | Фрукт свежий | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 | ТК №82-П |
| Итого за завтрак: | | 600 | 19,79 | 23,27 | 65,97 | 554,46 | |
| Обед | Салат витаминный (капуста белокочанная, морковь, яблоки свежие, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная) | 100 | 1,20 | 5,10 | 5,50 | 73,00 | ТК №2-П |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями (курица потрошёная 1 кат., картофель, морковь, лук репчатый, макаронные изделия, масло сливочное 72,5%, соль йодированная) | 250 | 7,79 | 6,09 | 18,31 | 158,62 | ТК №79-Т |
| | Рагу из курицы (курица, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная, масло сливочное 72,5%, соль йодированная) | 200 | 21,90 | 17,39 | 17,10 | 312,56 | ТК №376-П |
| | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимонная кислота) | 200 | 0,38 | 0,00 | 17,10 | 69,89 | ТК №495-П |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4,00 | 0,75 | 20,05 | 103,00 | ТК №574-П |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,40 | ТК №573-П |
| Итого за обед: | | 860 | 39,83 | 29,81 | 107,58 | 857,47 | |
| Итого за день 1: | | | 59,62 | 53,08 | 173,55 | 1411,93 | |
| Возрастная категория: 12 лет и старше | | | | | | | |
| День 1 (Понедельник) | | | | | | | |
| Завтрак | Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным (крупа рисовая, крупа пшеничная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная) | 220 | 5,28 | 9,22 | 26,20 | 208,83 | ТК №229-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 | 120 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 66,60 | ТК №82-П |
| Итого за завтрак: | | 560 | 7,60 | 10,03 | 58,79 | 355,67 | |

Зав. Столовой _____ Доценко И.М.

Технолог общ питания _____ Деменкова А.А.