



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

23 января 2023г

| № рецепта | Наименование блюда | Масса,г | Цена, руб | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, кКал |
|-----------|---|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | белки | жиры | углево-ды | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 15 | Сыр российский порционно | 20 | 18,60 | 4,64 | 5,9 | 0 | 71,66 |
| 173 | Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с маслом сливочным 200/10 | 210 | 27,80 | 9,6 | 16,8 | 46,3 | 341,6 |
| 338 | Яблоки свежие сезонные 1шт | 150 | 19,50 | 0,6 | 0 | 18,9 | 78 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,80 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| 378 | Чай с сахаром 200/15 | 215 | 4,15 | 0,09 | 0,02 | 15,03 | 60,7 |
| | Итого завтрак: | 655 | 73,65 | 19,19 | 23,32 | 105,01 | 673,52 |
| | Обед | | | | | | |
| 70 | Огурец соленый | 60 | 3,44 | 0,48 | 0,12 | 1,92 | 10,8 |
| 102 | Суп гороховый | 200 | 9,19 | 4,12 | 4 | 14,5 | 110,23 |
| 294/331 | Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40 | 100 | 36,67 | 10,2 | 11,52 | 11,52 | 190,8 |
| 309 | Макаронные изделия отварные | 150 | 8,05 | 5,82 | 3,88 | 32,74 | 187,2 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,80 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| 344 | Компот из яблок | 200 | 12,70 | 0,3 | 0 | 27,3 | 112,1 |
| | Итого обед: | 770 | 73,65 | 25,18 | 20,12 | 112,76 | 732,69 |
| | Всего: | 1425 | | 44,37 | 43,44 | 217,77 | 1406,21 |

Утверждено
Директор МБОУ СОШ № 21

МБОУ
СОШ № 21
города
Пятигорск



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

24 января 2023г

| № рецепта | Наименование блюда | Масса, г | Цена, руб | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, кКал |
|-----------|--|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | белки | жиры | углеводы | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 222 | Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком 150/20 | 170 | 32,75 | 23,43 | 13,71 | 47,85 | 407,59 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,80 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| 386 | Йогурт в инд. упаковке | 125 | 27,50 | 4,25 | 3,13 | 6,88 | 72,63 |
| 378 | Чай с молоком 150/50/15 | 215 | 9,80 | 1,4 | 1,6 | 17,7 | 91 |
| | Итого завтрак: | 570 | 73,65 | 33,34 | 19,04 | 97,21 | 692,78 |
| | Обед | | | | | | |
| 70 | Помидор соленый | 60 | 3,65 | 0,72 | 0,12 | 3,48 | 18 |
| 101 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 8,25 | 1,47 | 3,18 | 11,33 | 79,58 |
| 279/332 | Тефтели из говядины 60/50 | 110 | 31,67 | 8,1 | 14,1 | 12,3 | 209 |
| 302 | Гречка отварная | 150 | 20,80 | 8,42 | 5,22 | 36,42 | 226,08 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,80 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 5,68 | 0,38 | 0 | 30,74 | 124,46 |
| | Итого обед: | 780 | 73,65 | 23,35 | 23,22 | 119,05 | 778,68 |
| | Всего: | 1350 | | 56,69 | 42,26 | 216,26 | 1471,46 |

Утверждено:
 Директор МБОУ СОШ № 21
 МБОУ
 СОШ № 21
 город Железноводск С.В.
 Пятигорск



Индивидуальный предприниматель



Урзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

25 января 2023г

| № рецепта | Наименование блюда | Масса,г | Цена, руб | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, кКал |
|-----------|---|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | белки | жиры | углево-ды | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 291 | Плов с курицей 50/180 | 230 | 60,16 | 17,45 | 19,25 | 30,25 | 362 |
| 70 | Огурец соленый | 60 | 5,74 | 0,48 | 0,12 | 1,92 | 10,8 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,80 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| 378 | Чай с сахаром 200/15 | 215 | 4,15 | 0,1 | 0 | 15 | 60 |
| | Итого завтрак: | 565 | 73,65 | 22,29 | 19,97 | 71,95 | 554,36 |
| | Обед | | | | | | |
| 324 | Свекла тушеная | 60 | 3,34 | 1 | 0,83 | 7,65 | 42,12 |
| 82 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 6,90 | 1,59 | 3,67 | 9,9 | 79,96 |
| 268/331 | Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40 | 100 | 35,13 | 7,8 | 7,4 | 11,1 | 152 |
| 302 | Пшеничная каша рассыпчатая | 150 | 15,03 | 7,72 | 3,96 | 43,28 | 239,59 |
| 342 | Компот из яблок | 200 | 9,65 | 0,16 | 0 | 29 | 116,6 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,80 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| | Итого обед: | 770 | 73,65 | 22,53 | 16,46 | 125,71 | 751,83 |
| | Всего: | 1335 | | 44,82 | 36,43 | 197,66 | 1306,19 |

Утверждено
 Директор МБОУ СОШ № 21
 Уховесова С.В.



Индивидуальный предприниматель



Бозин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

26 января 2023г

| № рецепта | Наименование блюда | Масса, г | Цена, руб | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, кКал |
|-----------|---|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | белки | жиры | углево-ды | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 14 | Масло сливочное «крестьянское» порциями | 10 | 7,82 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 |
| 210 | Омлет натуральный | 150 | 37,57 | 10,6 | 21,4 | 11,2 | 240 |
| 338 | Яблоки свежие сезонные 1шт | 150 | 19,50 | 0,6 | 0 | 18,9 | 78 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,80 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| 377 | Чай с лимоном 200/15/7 | 222 | 5,16 | 1,44 | 1,12 | 17,23 | 84,8 |
| | Итого завтрак: | 592 | 73,65 | 16,98 | 30,37 | 72,24 | 590,46 |
| | Обед | | | | | | |
| 73 | Кабачковая икра | 60 | 7,16 | 0,08 | 0,3 | 0,51 | 4,98 |
| 101 | Суп картофельный с пшеном | 200 | 8,25 | 1,78 | 3,28 | 12,4 | 93,2 |
| 229/331 | Рыба, припущенная с овощами 50/50 | 100 | 31,73 | 18,12 | 8,94 | 9,19 | 193,86 |
| 312 | Пюре картофельное | 150 | 18,76 | 3,56 | 4,24 | 20,17 | 130,97 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,80 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| 378 | Чай с сахаром 200/15 | 215 | 4,15 | 0,1 | 0 | 15 | 60 |
| | Итого обед: | 785 | 73,65 | 27,9 | 17,36 | 82,05 | 604,57 |
| | Всего: | 1377 | | 44,88 | 47,73 | 154,29 | 1195,03 |

Утверждено
 Директор МБОУ СОШ № 21
 С.В. Ховесва

Индивидуальный предприниматель
 Д.Т. Озин

Меню для питания детей 1-4 классов

27 января 2023г

| № рецента | Наименование блюда | Масса,г | Цена, руб | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, кКал |
|-----------|--|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | белки | жиры | углево-ды | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 338 | Фрукты свежие сезонные (Мандарин) 1шт | 100 | 18,51 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 35 |
| 204 | Макаронные изделия отварные с сыром 150/20/5 | 175 | 32,95 | 9,84 | 12,3 | 29,6 | 269,2 |
| 328 | Какао с молоком | 200 | 18,59 | 3,76 | 3,2 | 26,74 | 150,8 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,80 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| | Итого завтрак: | 535 | 73,65 | 18,66 | 16,3 | 88,62 | 576,56 |
| | Обед | | | | | | |
| 324 | Свекла тушеная | 60 | 3,44 | 1 | 0,83 | 7,65 | 42,12 |
| 102 | Суп гороховый | 200 | 9,07 | 4,12 | 4 | 14,49 | 110,23 |
| 291 | Плов с курицей 90/150 | 240 | 53,39 | 26,37 | 29,08 | 45,72 | 547,24 |
| 378 | Чай с сахаром 200/15 | 215 | 4,15 | 0,1 | 0 | 15 | 60 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,80 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,80 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| | Итого обед: | 775 | 73,65 | 35,85 | 34,51 | 107,64 | 881,15 |
| | Всего: | 1310 | | 54,51 | 50,81 | 196,26 | 1457,71 |