

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 21



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

22 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
	Кондитерское изделие 1 шт	55	12,30	3	17,5	26,5	275
224	Запеканка из творога с морковью с соусом яблочным 200/20	220	39,00	28,12	16,46	56,94	489,11
1091	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого завтрак:	550	57,50	33,28	34,36	123,52	936,75
	Обед						
70	Помидор соленый	100	3,00	1,2	0,2	5,8	30
96	Рассольник ленинградский	250	9,80	1,74	4,79	15,38	112,84
294/331	Котлеты рубленные из курицы 80/40	120	26,10	21,15	25,63	28,97	484,76
309	Макаронные изделия отварные	180	10,20	6,99	4,66	39,29	224,64
349	Компот из сухофруктов	200	5,20	0,68	0	29,66	136,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого обед	910	57,50	33,83	35,66	144,15	1100,98
	Всего:	1460		67,11	70,02	267,67	2037,73

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 21

Индивидуальный предприниматель


Суховеева С.В.


Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

23 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
73	Кабачковая икра	30	5,64	1,4	4,8	8,5	83
210	Омлет натуральный 159	159	29,66	22,03	35,26	3,94	417,07
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
338	Яблоки свежие сезонные калиброванное 1шт	150	16,00	0,6	0,6	14,7	66,6
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого завтрак:	614	57,50	26,19	41,06	67,22	739,31
	Обед						
70	Огурец соленый	100	4,00	0,8	0,2	3,2	18
101	Суп картофельный с пшеном	250	5,50	2,23	4,1	15,5	107,47
234/331	Котлеты из минтая с соусом 80/40	120	24,80	17,85	19,06	39,86	412,74
312	Пюре картофельное	180	12,00	4,4	4,41	42,87	228
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
342	Компот из яблок	200	8,00	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	910	57,50	27,65	28,15	153,78	990,25
	Всего:	1524		53,84	69,21	221	1729,56

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 21

Индивидуальный предприниматель



Меню для льготного питания детей 5-11 классов

24 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углевод-ды	
	Завтрак						
338	Фрукты свежие сезонные (Мандарин) 1шт	100	14,50	0,8	0,2	7,5	35
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с маслом сливочным 200/10	210	19,60	9,6	16,8	46,3	341,6
15	Сыр российский порционнo	20	16,20	4,64	5,9	0	71,66
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	4,00	1,44	1,12	17,23	84,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого:	612	57,50	20,74	24,62	95,81	654,62
	Обед						
324	Свекла тушеная	100	3,50	1,66	1,39	12,75	70,2
102	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,20	2,16	2,56	15,12	91,87
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 80/40	120	28,40	7,8	7,4	11,1	152
305	Рис припущенный	180	14,20	3,66	3,637	35,72	190
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого обед	925	57,50	19,63	15,607	114,5	686,33
	Всего:	1537		40,37	40,227	210,31	1340,95

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 21

Суховеева С.В.



Индивидуальный предприниматель



Меню для льготного питания детей 5-11 классов

25 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	210	19,25	6,1	11,3	33,5	260
3	Бутерброд с сыром и маслом сливочным 30/15/5	50	19,25	5,9	8,5	14,2	157
338	Яблоки свежие сезонные калиброванное 1шт	150	16,00	0,6	0	18,9	78
377	Чай с сахаром	215	3,00	0,10	0	15	60
	Итого завтрак:	625	57,50	12,7	19,8	81,6	555
	Обед						
70	Огурец соленый	100	4,00	0,8	0,2	3,2	18
112	Суп гороховый	250	5,20	5,15	5	18,12	137,79
290	Курица, тушенная в соусе 80/50	130	29,10	26,93	29,09	7,27	389,25
309	Макаронные изделия отварные	180	9,80	5,82	3,88	32,74	187,2
342	Компот из яблок	200	6,20	0,16	0	29	116,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого обед:	920	57,50	40,93	38,55	115,38	960,78
	Всего:	1545		53,63	58,35	196,98	1515,78

Утверждено:
 Директор МБОУ СОШ № 21

Суховеева С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мухомов Д.Т.



Меню для льготного питания детей 5-11 классов

26 мая 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
294/331	Котлеты куриные с соусом 80/40	120	27,50	21,15	25,63	28,97	484,76
309	Макаронные изделия отварные	180	9,80	6,99	4,66	39,29	224,64
324	Свекла тушеная	100	3,50	1,66	1,39	12,75	70,2
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
382	Какао с молоком	200	13,50	3,76	3,2	26,74	150,8
	Итого завтрак:	660	57,50	35,63	35,26	132,80	1042,34
	Обед						
70	Помидор соленый	100	3,20	1,2	0,2	5,8	30
88	Щи из свежей капусты	250	8,20	1,82	4,24	8,52	82,6
279/332	Тефтели из говядины 80/40	120	26,56	14,56	18,89	20,31	296,8
302	Пшеничная каша рассыпчатая	180	10,32	10,11	6,27	43,71	217,3
349	Компот из сухофруктов	200	6,02	0,08	0	21,82	87,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого обед	910	57,50	29,84	29,98	125,21	826,24
	Всего:	1570		65,47	65,24	258,01	1868,58