

СОГЛАСОВАННО

Директор МОБУ СОШ № 4

О.С. Коханова



УТВЕРЖДАЮ

ИПТ Москаленко Т. В.

Для детей с 12 лет и старше (5 - 11 классы с ОВЗ и инвалидов) обучающихся в первую смену. Завтрак + обед.

Меню приготавливаемых блюд на 18 марта 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			б	ж	у		
Завтрак	Каша жидкая молочная рисовая с маслом	250	5,3	10,2	31,5	299	350(1)
	Батон нарезной	50	3,87	1,5	24,9	128,58	0
	Чай с сахаром	200	0,2	0	11,2	45,6	829(1)
	Масло сливочное	10	0,08	7,2	0,1	65,62	0
	Сыр	40	9,33	12,26	0	147,66	0
Завтрак		550	18,78	31,16	67,7	686,46	
Обед	Борщ с мясом со сметаной	260	3,04	9,44	15,54	159,28	184(1)
	Горбуша припущенная	100	22	6,62	0,6	149,98	404(1)
	Картофельное пюре с маслом сливочным	200	4,2	11	29	231,8	634(1)
	Винегрет овощной с заправкой	100	1,4	3,6	7,2	66,8	49(2)
	Кисель со смородины черной	200	0,14	0	26,1	104,96	760(1)
	Печенье	30	1,7	3,7	21,7	126,9	0
Итого за обед	Хлеб ржанопшеничный	70	4,9	0,77	28,7	141,33	0
		960	37,38	35,13	128,84	981,05	
Всего за завтрак и обед			56,16	66,29	196,54	1667,51	

СОГЛАСОВАННО

Директор МОБУ СОШ № 4

О.С. Коханова



УТВЕРЖДАЮ

ИП Москаленко Т. В.

Т.В. Москаленко

Меню приготавливаемых блюд на 19 марта 2024 г.

Для детей с 12 лет и старше (5 - 11 классы с ОВЗ и инвалидов) обучающихся в первую смену. Завтрак + обед.

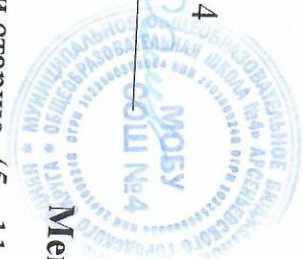
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			б	ж	у		
Завтрак	Макароны отварные	200	7	8,26	29,8	221,54	361(1)
	Тефтели из говядины с рисом	60	5,4	5,1	5,4	90,6	562(1)
	Соус красный основной на м/б	50	4,65	5,55	5,6	90,95	667(1)
	Чай с сахаром и лимоном	208	0,32	0,11	16,42	67,95	830(1)
	Хлеб пшеничный	40	3,32	3,88	19,2	125	0
Итого за завтрак		550	20,69	22,9	76,42	596,04	
Обед	Рассольник Ленинградский с курой и со сметаной	260	4,25	6,1	26,4	177,5	206(1)
	Котлета говяжья	100	15,9	14,4	16	257,2	555(1)
	Картофель отварной	200	3,86	6,26	31,3	196,98	389(1)
	Салат витаминный	100	1,16	3,3	15,3	95,54	ТК 41
	Хлеб ржанопшеничный	50	3,5	0,55	20,5	100,95	0
	Компот из с/ф	200	0,6	0	28,9	118	759(1)
	Итого за обед		910	29,27	30,61	138,4	946,17
Всего за завтрак и обед			49,96	53,51	214,82	1542,21	

Замена в завтраке тефтели из говядины на тефтели из говядины с рисом. Отклонение по белкам - 0,8%, жирам 0%, углеводам 0%, ккал 0%. Что составляет норму при +/- 5%.

СОГЛАСОВАННО

Директор МОБУ СОШ № 4

О.С. Коханова



УТВЕРЖДАЮ

ИП Москаленко Т. В.

T. V. Moskalenko

Меню приготавливаемых блюд на 20 марта 2024 г.

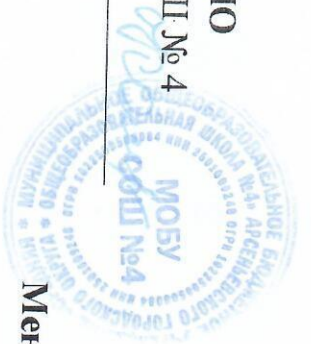
Для детей с 12 лет и старше (5 - 11 классы с ОВЗ и инвалидов) обучающихся в первую смену. Завтрак + обед.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			б	ж	у		
Завтрак	Рагу из овощей	250	8,5	12,75	34,2	285,95	224(2)
	Яйцо вареное	60	5,1	4,6	0,3	63	367(1)
	Хлеб пшеничный	40	3,32	3,88	19,2	125	0
Итого за завтрак	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0,2	23,8	98,6	864(1)
		550	17,32	21,43	77,5	572,55	
Обед	Суп картофельный с фрикадельками	250	8,87	9,25	17,8	189,93	216(1)
	Плов из говядины	250	21,5	22,7	53,5	504,3	443(2)
	Маринованная свекла с маслом растительным	100	2,5	3,2	10,3	80	112(1)
	Компот из кураги	200	0,9	0	23,8	98,8	758(1)
Итого за обед	Хлеб ржанопшеничный	50	3,5	0,55	20,5	100,95	0
		850	37,27	35,7	125,9	973,98	
Всего за завтрак и обед			54,59	57,13	203,4	1546,53	

СОГЛАСОВАННО

Директор МОБУ СОШ № 4

О.С. Коханова



УТВЕРЖДАЮ

ИП Москаленко Т. В.

Меню приготавливаемых блюд на 21 марта 2024 г.

Для детей с 12 лет и старше (5 - 11 классы с ОВЗ и инвалидов) обучающихся в первую смену. Завтрак + обед.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			б	ж	у		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая с маслом	250	5,7	7,8	34,6	236,53	350(1)
	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	194,6	848(1)
	Батон нарезной	60	4,64	1,8	30	154,76	0
	Сыр порционными	40	9,33	12,26	0	147,66	0
Итого за завтрак		550	24,57	26,86	97,1	733,55	
Обед	Борщ с фасолью	250	3,7	5,3	15,5	124,5	115(2)
	Жаркое по - домашнему	250	22,25	24,2	31	430,8	436(2)
	Салат из моркови со сметаной	100	1,2	2,4	14,3	83,6	49(2)
	Компот из свежих яблок	200	0,14	0	23,1	92,96	754(1)
	Хлеб ржанопшеничный	50	3,5	0,55	20,5	100,95	0
Итого за обед		850	30,79	32,45	104,4	832,81	
Всего за завтрак и обед			55,36	59,31	201,5	1566,36	

