

СОГЛАСОВАННО

Директор МОБУ СОШ № 4

О.С. Коханова

О.С. Коханова



УТВЕРЖДАЮ

ИП Москаленко Т. В.

Т.В. Москаленко

Меню приготавливаемых блюд на 22 января 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 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
	Хлеб ржанопшеничный	70	4,9	0,77	28,7	141,33	0
Итого за обед		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.

Татьяна Москаленко

Меню приготавливаемых блюд на 23 января 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	Макаронны 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)
Итого за завтрак	Хлеб пшеничный	40	3,32	3,88	19,2	125	0
Обед	Рассольник Ленинградский с курой и со сметаной	550	20,69	22,9	76,42	596,04	
	Котлета говяжья	260	4,25	6,1	26,4	177,5	206(1)
	Картофель отварной	100	15,9	14,4	16	257,2	555(1)
	Салат витаминный	200	3,86	6,26	31,3	196,98	389(1)
	Хлеб ржанопшеничный	100	1,16	3,3	15,3	95,54	TK 41
	Компот из с/ф	50	3,5	0,55	20,5	100,95	0
Итого за обед		200	0,6	0	28,9	118	759(1)
Всего за завтрак и обед		910	29,27	30,61	138,4	946,17	
Замена в завтраке тефтели из говядины на тефтели из говядины с рисом. Отклонение по белкам - 0,8%, жиром 0%, углеводам 0%, ккал 0%. Что составляет норму при +/- 5%.		49,96	53,51	214,82	1542,21		

СОГЛАСОВАННО

Директор МОБУ СОШ № 4
О.С. Коханова

О.С. Коханова



УТВЕРЖДАЮ

ИП Москаленко Т. В.

Т.В. Москаленко

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)
	Йогурт 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)
Обед	Итого за завтрак	550	17,32	21,43	77,5	572,55	
	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
Итого за завтрак и обед		850	37,27	35,7	125,9	973,98	
			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 25 января 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)
Итого за обед		50	3,5	0,55	20,5	100,95	0
Итого за завтрак и обед		850	30,79	32,45	104,4	832,81	
			55,36	59,31	201,5	1566,36	

СОГЛАСОВАННО

Директор МОБУ СОШ № 4

О.С. Коханова

О.С. Коханова
МОБУ СОШ № 4



УТВЕРЖДАЮ

ИП Москаленко Т. В.

Т.В. Москаленко

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

Меню приготавливаемых блюд на 26 января 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			б	ж	у		
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,2	14,4	55	394,4	343(1)
	Котлета говяжья	50	7,95	7,2	8	128,6	555(1)
	Соус красный основной на м/б	50	4,65	5,55	5,6	90,95	667(1)
	Хлеб пшеничный	50	4,15	4,85	24	156,25	0
	Чай с сахаром	200	0,2	0	11,2	45,6	829(1)
Итого за завтрак		550	28,15	32	103,8	815,8	
Обед	Суп рисовый с говядиной	250	9,2	4,6	12,1	126,6	223(1)
	Рис припущенный	200	4,8	8	49,4	216,6	634(1)
	Соус сметанный с луком	50	1,2	5,4	3,3	66,6	699(1)
	Оладьи из печени	100	7	18,9	17,1	266,5	511(1)
	Отулец свежий	100	0,6	0,1	2	11,3	0
	Компот из яблок с черносливом	200	0,6	0	28,9	118	756(1)
Хлеб ржанопшеничный	50	3,5	0,55	20,5	100,95	0	
Итого за обед		950	26,9	37,55	133,3	906,55	
Всего за завтрак и обед			55,05	69,55	237,1	1722,35	