

СОГЛАСОВАННО
 Директор МОБУ СОШ № 4
 О.С. Коханова



УТВЕРЖДАЮ
 ИП Москаленко Т. В.

Т. В. Москаленко

Меню приготовляемых блюд на 29 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 пшениная молочная жидкая с маслом	250	7.1	10.9	34	262.5	350(1)
		60	5.1	4.6	0.3	63	367(1)
		40	3.32	0.32	19.2	92.96	0
		200	0.2	0	16.42	67.95	830(1)
Итого за завтрак		550	15,72	15,82	69,92	486,41	
Обед	Суп гороховый	250	7.6	5.7	20	161.7	226(1)
		100	13.8	16.1	13.1	252.5	561(1)
		200	10.5	13.5	51.56	369.74	343(1)
		100	1.5	4	8.2	74.8	108(1)
		200	0.6	0	28.9	118	759(1)
		50	3.5	0.55	20.5	100.95	0
Итого за обед		900	37,5	39,85	142,26	1077,69	
Всего за завтрак и обед			53,22	55,67	212,18	1564,1	

СОГЛАСОВАННО

Директор МОБУ СОШ № 4

О.С. Коханова



УТВЕРЖДАЮ

ИП Москаленко Т. В.

Меню приготавливаемых блюд на 30 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	Сосиски молочные отварные	100	11,1	13,9	1,6	175,9	476(1)
	Горох отварной	200	18,4	12,4	42,4	354,8	283(1)
	Хлеб пшеничный	50	4,15	0,6	24	118	0
Итого за завтрак	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0,2	23,8	98,6	864(1)
		550	34,05	27,1	91,8	747,3	
Обед	Суп Крестьянский с пшеном и со сметаной	250	2,47	5,05	18,38	128,85	134(2)
	Шницель рыбный натуральный	100	13,7	8,1	14,6	186,1	443(1)
	Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	43,6	682(1)
	Рис отварной со слив. маслом	200	4,85	13,2	45,3	319,4	615(1)
	Винегрет овощной с заправкой	100	1,4	3,6	7,2	66,8	112(1)
	Компот из кураги	200	0,9	0	23,8	98,8	758(1)
Итого за обед	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,5	0,55	20,5	100,95	0
		950	28,12	32,9	133,98	944,5	
Всего за завтрак и обед			62,17	60	225,78	1691,8	

СОГЛАСОВАННО

Директор МОБУ СОШ № 4

О.С. Коханова




УТВЕРЖДАЮ

ИП Москаленко Т. В.



Меню приготавливаемых блюд на 31 января 2024 г.

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

Принем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			б	ж	у		
Завтрак	Макаронны отварные с сыром	200	10,8	13,44	42,6	334,56	362(1)
	Салат из белокочанной капусты	100	1,83	5,16	8,9	89,36	108(1)
	Хлеб пшеничный	50	4,15	0,6	24	118	0
Итого за завтрак	Чай с сахаром	200	0,2	0	11,2	45,6	829(1)
		550	16,98	19,2	86,7	587,52	
Обед	Суп картофельный с вермишелью	250	2,9	2,5	21	118,1	215(1)
	Куры отварные	100	19,1	17,9	0,5	239,5	590(1)
	Каша пшеничная рассыпчатая	200	8,2	12,4	52,3	353,6	343(1)
	Маринованная свекла с маслом растительным	100	2,5	3,2	10,3	80	112(1)
	Компот из яблок с черносливовым	200	0,6	0	28,9	118	756(1)
Итого за обед	Хлеб ржано - пшеничный	50	3,5	0,55	20,5	100,95	0
		900	36,8	36,55	133,5	1010,15	
Всего за завтрак и обед			53,78	55,75	220,2	1597,67	

СОГЛАСОВАННО

Директор МОБУ СОШ №4

О.С. Коханова



УТВЕРЖДАЮ

ИП Москаленко Т. В.

Т.В. Москаленко

Меню приготавливаемых блюд на 01 февраля 2024 г.

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

Прем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			б	ж	у		
Завтрак	Голубцы "Ленивые" с мясом и рисом	300	17,55	20,6	50,16	456,24	ТК
	Хлеб пшеничный	50	4,15	0,6	24	118	0
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,32	0,11	16,42	67,95	830(1)
Итого за завтрак		550	22,02	21,31	90,58	642,19	
Обед	Суп картофельный с гречкой и курой	250	8,5	9	21,3	200,2	208(1)
	Котлета говяжья	100	15,9	14,4	16	257,5	555(1)
	Каша пшениная рассыпчатая	200	8,8	10	51,2	330	343(1)
	Салат из моркови со сметаной	100	1,2	2,4	14,3	83,6	49(2)
	Компот из кураги	200	0,9	0	23,8	98,8	738(1)
Итого за обед	Хлеб ржаное - пшеничный	50	3,5	0,55	20,5	100,95	0
Итого за завтрак и обед		900	38,8	36,35	147,1	1071,05	
Всего за завтрак и обед			60,82	57,66	237,68	1713,24	