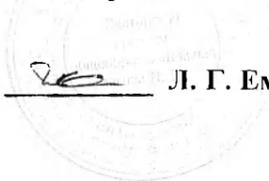
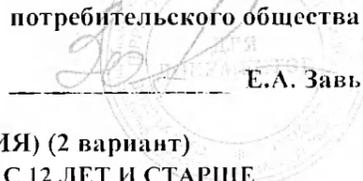


Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"



Л. Г. Емелева

Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества



Е.А. Завьялова

МЕНЮ
ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ДОТАЦИЯ) (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 10.03.2025г.-14.03.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Понедельник 10.03.2025г. (2 неделя 1 день)							
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	табл.№4, №302	201	7,91	13,08	38,52	214,84	26,73
Хлеб пшеничный	порционно	38	2,66	0,38	18,61	89,30	7,17
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	5,70
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,40
Итого за приём		469	13,26	13,86	79,50	404,29	44,00
Вторник 11.03.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Каша молочная вязкая манная с маслом сливочным	табл.№4, №302	201	6,78	3,43	42,57	236,64	28,17
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	5,73
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	5,70
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,40
Итого за приём		461	11,57	4,13	79,64	407,29	44,00
Среда 12.03.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	табл.№4, №302	302	12,07	6,27	60,46	348,05	31,36
Хлеб пшеничный	порционно	29	2,03	0,29	14,21	68,15	4,29
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,00
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за приём		556	16,40	6,91	94,49	504,13	44,00
Четверг 13.03.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Каша молочная вязкая ячневая с маслом сливочным	табл.№4, №302	201	8,66	4,18	55,52	296,10	27,90
Хлеб пшеничный	порционно	32	2,24	0,32	15,68	75,20	6,00
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	5,70
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,40
Итого за приём		463	13,59	4,90	93,57	471,45	44,00
Пятница 14.03.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Каша молочная вязкая из геркулеса с маслом сливочным	табл.№4, №302	201	8,36	8,38	34,27	246,64	27,23
Хлеб пшеничный	порционно	35	2,45	0,35	17,15	82,25	6,67
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	5,70
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,40
Итого за приём		466	13,50	9,13	73,79	429,04	44,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева /

Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"

 Л. Г. Емелева

Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества

 Е. А. Завьялова

МЕНЮ
ОБЕД (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)(2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 10.03.2025г.-14.03.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Понедельник 10.03.2025г. (2 неделя 1 день)							
Огурец солёный порционно		100	0,80	0,10	1,70	12,00	64,10
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	38,64
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	27,43
Котлета или биточек мясной с соусом томатным	№454,587	100	7,80	6,40	6,90	117,00	81,30
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	6,27
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,00	73,35	6,26
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	34,00
Итого за прием		900	22,20	17,70	123,20	751,85	258,00
Вторник 11.03.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Огурец свежий порционно	ст. 70-71	100	0,80	0,10	2,50	11,00	68,25
Суп картофельный с бобовым(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	27,28
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом сливочным	№718	201	20,96	17,75	40,85	424,31	134,68
Хлеб пшеничный	порционно	38	2,66	0,38	18,61	89,30	7,89
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,00	73,35	6,27
Напиток яблочный	№701	200	0,08	0,08	8,94	41,50	13,63
Итого за прием		819	32,40	22,71	103,70	774,46	258,00
Среда 12.03.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Икра кабачковая	порционно	100	1,20	4,70	7,70	78,00	31,00
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	№ 124	260	2,00	5,10	8,70	90,00	36,18
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	49,80
Котлеты или биточки рыбные (из минтая)	№388	100	12,56	3,00	8,90	106,00	64,57
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	161	0,25	0,25	5,72	29,82	53,34
Итого за прием		1051	24,77	19,15	115,42	723,70	258,00
Четверг 13.03.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Салат из свежих помидоров	№19	100	0,95	20,14	3,96	198,00	57,57
Суп картофельный с клецками	сб.р.Мог. № 85	250	2,10	3,40	12,10	87,00	24,68
Рис припущенный с маслом сливочным	№512	180	4,20	5,70	41,70	239,00	35,75
Тефтели (1 вариант)	№461	100	8,30	11,20	9,40	172,00	89,44
Хлеб пшеничный	порционно	27	1,89	0,27	13,23	63,45	5,68
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Компот из кураги	№ 638	200	0,98	0,05	23,81	121,40	21,65
Батончик Виталд "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	18,00
Итого за прием		897	21,08	42,36	128,20	1001,98	258,00
Пятница 14.03.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	100	1,20	10,00	7,10	124,00	36,54
Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140	250	2,70	2,60	18,90	111,00	31,00
Жаркое по-домашнему	№ 436	200	13,00	14,30	22,80	275,00	144,36
Хлеб пшеничный	порционно	40	2,80	0,40	19,58	94,00	8,36
Хлеб ржаной	порционно	32	2,45	0,32	16,32	78,24	6,76
Кисель из брусники	№ 640	200	0,15	0,10	18,67	73,68	30,93
Итого за прием		822	22,30	27,72	103,37	755,92	258,00

Технолог:

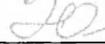


/ В. А. Лебедева/

Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"

 Л. Г. Емелева

Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества

 Е.А. Завьялова

МЕНЮ
ЗАВТРАК (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ, 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)
С 10.03.2025г.-14.03.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Понедельник 10.03.2025г. (2 неделя 1 день)							
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	табл №4, №302	203	7,92	15,54	38,54	228,02	34,78
Кекс "Гворожний"	№794	75	6,90	12,15	43,13	165,75	67,60
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,25
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,14
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	157	1,26	0,29	11,81	59,66	52,00
Итого за приём		680	19,60	28,48	129,78	588,68	172,00
Вторник 11.03.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	49,80
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	15,50	150,00	78,62
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	29,29
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционно	22	1,68	0,22	11,22	53,79	4,52
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Итого за приём		547	22,32	21,07	77,94	544,67	172,00
Среда 12.03.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Плов из птлицы(бедро) с поджаривкой	№492	200	13,70	20,40	37,30	391,00	66,53
(Огурец свежий порционно)	стр 70-71	20	0,16	0,03	0,51	2,80	13,65
Хлеб пшеничный	порционно	35	2,45	0,35	17,15	82,25	7,11
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	6,27
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,14
Батончик Виталд "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	18,00
Имунеле с витаминами D3, B6 + лактобактерии	порционно	100	2,50	2,50	11,50	79,00	52,00
Итого за приём		600	22,10	24,98	106,86	716,00	172,00
Четверг 13.03.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	27,43
Курица запечённая	ТТК № 50	100	25,48	25,84	0,00	333,20	112,28
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	6,27
Хлеб ржаной	порционно	27	2,07	0,27	13,77	66,02	5,58
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Кондитерское изделие (сушки)	порционно	50	5,36	2,75	35,60	189,40	15,90
Итого за приём		587	42,00	33,96	111,14	918,92	172,00
Пятница 14.03.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным с поджаривкой (Огурец солёный порционно)	табл №4, №297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	33,14
		10	0,08	0,01	0,17	1,00	6,41
Гуляш из курицы (филе)	ТТК № 51	100	20,50	4,40	3,00	133,00	87,69
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	21,50
Хлеб пшеничный	порционно	32	2,24	0,32	15,68	75,20	6,62
Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной)	порционно	20	1,60	0,70	15,70	52,60	9,10
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Итого за приём		552	35,07	19,89	86,00	640,49	172,00

Технолог:



/ В. А. Лебедева/