

Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"

Утверждаю:
председатель управления
территориального
потребительского общества



**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 23.12.2024г.-28.12.2024г.**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Понедельник 23.12.2024г. (1 неделя 1 день п/п)							
Каша молочная вязкая манная с маслом сливочным	табл.№4, №302	205	7,00	6,40	42,60	263,00	32,07
Сыр (порциями)	№97	15	3,30	3,96	0,00	48,86	16,97
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	17,30
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	3,48
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Фрукт (мандарин) свежий	порционно	150	1,20	0,29	11,28	57,00	87,56
Итого за прием		625	15,23	18,46	83,48	569,20	166,00
Вторник 24.12.2024г. (1 неделя 2 день п/п)							
Запеканка из творога (со сгущённым молоком)	№366	100	15,30	11,20	23,10	254,00	82,36
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	табл.№4, №302	155	6,44	7,17	33,31	216,00	25,39
Хлеб пшеничный	порционно	20	1,40	0,20	9,80	47,00	3,30
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	3,48
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	151	1,21	0,29	11,36	57,38	46,98
Итого за прием		646	26,27	19,16	94,84	650,08	166,00
Среда 25.12.2024г. (1 неделя 3 день п/п)							
Макаронные изделия отварные с поджариванием (Огурец свежий порционно)	№332,516 ст 70-71	180 15	6,60 0,12	4,70 0,02	40,00 0,37	233,00 2,10	22,27 9,45
Котлета или биточек мясной с соусом томатным	№454,587	100	7,80	6,40	6,90	117,00	67,27
Хлеб пшеничный	порционно	21	1,47	0,21	10,29	49,35	3,52
Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной)	порционно	25	2,00	0,88	19,63	65,75	9,00
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Имунеле с витаминами D3, B6 + лактобактерии	порционно	100	2,50	2,50	11,50	79,00	50,00
Итого за прием		641	20,88	14,81	95,76	573,00	166,00
Четверг 26.12.2024г. (1 неделя 4 день п/п)							
Рис припущенный с маслом сливочным	№512	180	4,20	5,70	35,00	239,00	27,06
Рыба (горбуша) тушёная в томате с овощами	№374	100	13,00	9,31	4,42	144,20	66,46
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,35
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Кондитерское изделие (сушки)	порционно	40	4,28	0,48	28,48	136,00	10,80
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	157	1,26	0,30	11,81	59,66	48,71
Итого за прием		727	26,79	16,39	111,78	725,54	166,00
Пятница 27.12.2024г. (1 неделя 5 день п/п)							
Вареники отварные с овощным (картофель), с маслом сливочным	№725	210	10,47	15,69	30,00	465,00	82,56
Хлеб пшеничный	порционно	22	1,54	0,22	10,78	51,70	3,61
Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной)	порционно	20	1,60	0,70	15,70	52,60	7,20
Какао "Панда" (витаминизированный)	№ 693	200	0,81	0,41	10,53	49,00	32,63
витамины B1, B6, PP, C							
Сок(нектар) фруктовый, вырабатываемый промышленно в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	20,00	80,00	40,00
Итого за прием		652	15,02	17,42	87,01	698,30	166,00
Суббота 28.12.2024г. (2 неделя 1 день)							
Запеканка из творога (со сгущённым молоком)	№366	100	15,30	11,20	23,10	254,00	82,36
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	табл.№4, №302	155	6,44	7,17	33,31	216,00	25,39
Хлеб пшеничный	порционно	20	1,40	0,20	9,80	47,00	3,30
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	3,48
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	151	1,21	0,29	11,36	57,38	46,98
Итого за прием		646	26,27	19,16	94,84	650,08	166,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/

Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества



МЕНЮ
ОБЕД (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)(2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 23.12.2024г.-28.12.2024г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ,ккал	Цена
			всего	всего	г.		
Понедельник 23.12.2024г. (1 неделя 1 день п/п)							
Салат витаминный (2 вариант)	№ 40	100	1,70	14,80	10,60	182,00	29,03
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	22,13
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	22,27
Биточек "Особый"	ТТК № 90	100	19,00	10,90	11,80	222,00	98,14
Хлеб пшеничный	порционно	40	2,80	0,40	19,58	94,00	6,60
Хлеб ржаной	порционно	36	2,75	0,36	18,36	88,02	6,33
Кисель "Витошка" витаминизированный (витамины А,Е,Д3,С,В1,В2,В6,В12,К1,ниацин, фолиевая кислота,пантотеновая кислота,биотин)	ТК№38	200	0,00	0,00	24,00	95,00	37,50
Кондитерское изделие	порционно	30	1,71	9,18	10,00	19,60	26,00
Итого за прием		936	40,16	44,44	152,14	1065,62	248,00
Вторник 24.12.2024г. (1 неделя 2 день п/п)							
Салат из свежих помидоров и огурцов(без лука)	№20	100	0,80	19,70	3,10	193,00	57,69
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	32,66
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл№4,№297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	28,60
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	75,11
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,10
Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной)	порционно	20	1,60	0,70	15,70	52,60	7,20
Компот "Вишенка"(из замороженной вишни)	ТТК №37	200	0,30	0,10	22,00	87,00	34,64
Кондитерское изделие (печенье)	порционно	25	1,88	4,75	36,08	115,00	8,00
Итого за прием		910	28,53	47,80	151,23	1048,35	248,00
Среда 25.12.2024г. (1 неделя 3 день п/п)							
Огурец солёный порционно		100	0,80	0,10	1,70	12,00	58,80
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	№ 124	260	2,00	5,10	8,70	90,00	30,96
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	26,90	176,00	39,82
Голубцы с мясом и рисом (ленивые)	№485	100	6,26	6,21	4,85	124,00	54,55
Хлеб пшеничный	порционно	34	2,38	0,34	16,66	79,90	5,66
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	5,22
Напиток яблочный	№701	200	0,08	0,08	8,94	41,50	12,99
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	20,00	80,00	40,00
Итого за прием		1104	18,52	18,03	103,05	676,75	248,00
Четверг 26.12.2024г. (1 неделя 4 день п/п)							
Огурец свежий порционно	ст 70-71	100	0,80	0,10	2,50	14,00	63,00
Суп кудрявый	ТТК№33	250	2,70	4,00	18,40	122,00	45,18
Птица тушеная в соусе с овощами	№488	200	22,00	27,40	16,90	358,00	106,06
Хлеб пшеничный	порционно	40	2,80	0,40	19,58	94,00	6,60
Хлеб ржаной	порционно	32	2,45	0,32	16,32	78,24	5,57
Компот из кураги	№ 638	200	0,98	0,05	23,81	121,40	21,59
Итого за прием		822	31,73	32,27	97,51	787,64	248,00
Пятница 27.12.2024г. (1 неделя 5 день п/п)							
Салат из свежих помидоров	№19	100	0,95	20,14	3,96	198,00	52,17
Суп любительский	№93, сб.р. 2008г.	250	5,90	2,60	25,30	149,00	21,62
Плов из птицы (бедро)	№492	200	17,40	22,80	34,20	373,00	68,93
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,35
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	10,59
Фрукт (мандарин) свежий	порционно	148	1,19	0,29	11,04	56,24	86,21
Итого за прием		948	30,10	46,43	127,00	1006,12	248,00
Суббота 28.12.2024г. (2 неделя 1 день)							
Огурец солёный порционно		100	0,80	0,10	1,70	12,00	58,80
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	22,13
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	22,27
Гуляш с мясом говядины	№437	100	17,90	17,70	2,90	242,50	112,45
Хлеб пшеничный	порционно	32	2,24	0,32	15,68	75,20	5,32
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,00	73,35	5,22
Компот "Клубничка"(из замороженной клубники)	ТТК №36	200	0,30	0,10	20,90	83,00	21,81
Итого за прием		892	35,74	27,32	113,98	851,05	248,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/

Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества



**МЕНЮ
ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ДОТАЦИЯ) (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 23.12.2024г.-28.12.2024г.**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы		
Понедельник 23.12.2024г. (1 неделя 1 день п/п)							
Каша молочная вязкая манная	табл.№4, №302	300	10,47	4,27	57,86	313,05	31,58
Хлеб пшеничный	порционнo	27	1,89	0,27	13,23	63,45	4,07
Хлеб ржаной	порционнo	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 прием		552	14,66	4,89	90,91	464,43	44,00
Вторник 24.12.2024г. (1 неделя 2 день п/п)							
Каша молочная вязкая пшеничная	табл.№4, №302	300	11,17	4,77	63,06	341,05	30,61
Хлеб пшеничный	порционнo	30	2,10	0,30	14,70	70,50	4,50
Хлеб ржаной	порционнo	29	2,22	0,29	17,79	70,91	4,54
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за прием		559	15,88	5,46	102,62	509,26	44,00
Среда 25.12.2024г. (1 неделя 3 день п/п)							
Каша молочная вязкая из геркулеса	табл.№4, №302	300	12,57	8,17	57,06	353,05	31,96
Хлеб пшеничный	порционнo	25	1,75	0,25	12,25	58,75	3,75
Хлеб ржаной	порционнo	25	1,91	0,25	12,75	61,13	3,94
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за прием		550	16,62	8,77	89,13	499,73	44,00
Четверг 26.12.2024г. (1 неделя 4 день п/п)							
Каша молочная вязкая кукурузная	табл.№4, №302	300	9,37	4,67	72,36	372,05	32,16
Хлеб пшеничный	порционнo	25	1,75	0,25	12,25	58,75	3,49
Хлеб ржаной	порционнo	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 прием		550	13,42	5,27	104,43	518,73	44,00
Пятница 27.12.2024г. (1 неделя 5 день п/п)							
Каша молочная вязкая пшённая	табл.№4, №302	300	12,07	6,27	60,46	348,05	31,36
Хлеб пшеничный	порционнo	29	2,03	0,29	14,21	68,15	4,29
Хлеб ржаной	порционнo	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 прием		554	16,40	6,91	94,49	504,13	44,00
Суббота 28.12.2024г. (2 неделя 1 день)							
Каша молочная вязкая пшеничная	табл.№4, №302	300	11,17	4,77	63,06	341,05	30,61
Хлеб пшеничный	порционнo	30	2,10	0,30	14,70	70,50	4,50
Хлеб ржаной	порционнo	29	2,22	0,29	17,79	70,91	4,54
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за прием		559	15,88	5,46	102,62	509,26	44,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/