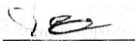



Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"

 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, г		
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	14,00	68,25
Суп картофельный с бобовыми(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	5,33
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"		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 орехники	№ 640	200	0,15	0,10	18,67	73,68	30,98
Итого за прием		822	22,30	27,72	103,37	755,92	258,00

Технолог:

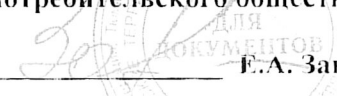


/ В. А. Лебедева/

Согласовано:
 директор МБОУ
 "Лянторская СОШ № 5"

 Л. Г. Емелева

Утверждаю:
 председатель правления
 территориального
 потребительского общества

 Е.А. Завьялова

МЕНЮ
ПОЛДНИК (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		Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы		
Понедельник 10.03.2025г. (2 неделя 1 день)							
Ватрушка с творогом	№299, сб.р. 20	60	8,60	5,00	24,10	177,00	52,78
Молочный коктейль		200	5,80	2,00	9,40	120,00	70,00
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	149	1,20	0,28	11,20	56,62	49,22
Итого за приём		409	15,60	7,28	44,70	353,62	172,00
Вторник 11.03.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Котлета с булочкой Домашней с огурцом солёным и сыром (Чикенбургер)	ТТК №30	160	22,20	12,30	40,00	364,00	119,86
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,14
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	44,00
Итого за приём		560	23,04	12,75	86,45	531,60	172,00
Среда 12.03.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Кекс "Творожный"	№794	100	9,20	16,20	28,75	221,00	93,86
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,14
Имунеле с витаминами D3, B6 + лактобактерии	порционно	100	2,50	2,50	11,50	79,00	52,00
Батончик Виталад "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	18,00
Итого за приём		415	12,69	20,10	65,35	387,60	172,00
Четверг 13.03.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Булочка Домашняя	№282, сб.р. 200	60	4,40	7,10	34,00	218,00	29,99
Какао"Витошка"(витаминизированный) витамины А,В1,С,Е,Fe; минеральные-ва Са,Mg	№ 503 Сб.р.200	200	3,90	3,10	25,16	145,00	40,29
Фрукт (банан) свежий	порционно	248	3,73	1,25	47,12	238,08	101,72
Итого за приём		508	12,03	11,45	106,28	601,08	172,00
Пятница 14.03.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Блинчик со сгущенным молоком п/ф	ТК №27	59	4,25	7,08	20,36	169,92	53,50
Кисель "Витошка" витаминизированный (А, Е, D3, С, В1, В2, В6, В12,К1)	ТК№38	200	0,00	0,00	24,00	95,00	37,50
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	44,00
Кондитерское изделие (печенье в индивидуальной)	порционно	28	1,10	5,10	35,00	124,60	37,00
Итого за приём		487	5,95	12,58	111,96	529,52	172,00

Технолог:



/ В. А. Лебедева/