


Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"

 Л. Г. Емелева

Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества

 Е.А. Завьялова

**МЕНЮ
ЗАВТРАК**

**ДЛЯ ДЕТЕЙ НУЖДАЮЩИХСЯ В ЛЕЧЕБНОМ ПИТАНИИ-АЛЛЕРГИЯ НА ЯЙЦА И ПРОДУКТЫ ИХ ПЕРЕРАБОТКИ)
С 7-11 ЛЕТ, С 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	250	9,20	7,50	53,30	318,00	
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	
Хлеб пшеничный	порционнo	25	1,75	0,25	12,25	58,75	
Хлеб ржаной	порционнo	20	1,53	0,20	10,20	48,90	
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	
Фрукт (яблоко) свежий	порционнo	157	1,26	0,29	11,81	59,66	
Итого за приём		682	18,44	20,85	101,49	644,13	172,00
Вторник 11.03.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	15,50	150,00	
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	
Хлеб пшеничный	порционнo	25	1,75	0,25	12,25	58,75	
Хлеб ржаной	порционнo	22	1,68	0,22	11,22	53,79	
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	
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 птицы(бедро) с поджаривкой	№492	200	13,70	20,40	37,30	391,00	
(Огурец свежий порционнo)	стр 70-71	20	0,16	0,03	0,51	2,80	
Хлеб пшеничный	порционнo	35	2,45	0,35	17,15	82,25	
Хлеб ржаной	порционнo	30	2,30	0,30	15,30	73,35	
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	
Багетчик Виталад "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционнo	15	0,75	1,35	11,25	60,00	
Имунеле с витаминами D3, B6 + лактобактерии	порционнo	100	2,50	2,50	11,50	79,00	
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	
Курица запечёная	ТТК № 50	100	25,48	25,84	0,00	333,20	
Хлеб пшеничный	порционнo	40	2,80	0,40	19,58	94,00	
Хлеб ржаной	порционнo	30	2,30	0,30	15,30	73,35	
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	
Итого за приём		550	37,57	31,34	81,95	760,35	172,00
Пятница 14.03.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным с поджаривкой (Огурец солёный порционнo)	табл №4, №297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	
Гуляш из курицы (филе)	ТТК № 51	100	20,50	4,40	3,00	133,00	
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	
Хлеб пшеничный	порционнo	32	2,24	0,32	15,68	75,20	
Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной)	порционнo	20	1,60	0,70	15,70	52,60	
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	
Итого за приём		552	35,07	19,89	86,00	640,49	172,00