


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 09.01.2025г.-10.01.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Четверг 09.01.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	27,43
Курица запечёная	ТТК № 50	100	25,48	25,84	0,00	333,20	118,28
Хлеб пшеничный	порционно	23	1,61	0,23	11,27	54,05	4,85
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Кондитерское изделие (сушки)	порционно	40	4,29	0,48	28,48	136,00	12,72
Итого за приём		563	39,90	31,55	97,02	831,95	172,00
Пятница 10.01.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным с подгарнировкой (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	24,50
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/

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 09.01.2025г.-10.01.2025г.**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Четверг 09.01.2025г. (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 Виталад "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 10.01.2025г. (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	30	2,10	0,30	14,70	70,50	6,27
Хлеб ржаной	порционно	28	2,14	0,28	14,28	68,46	5,83
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	34,00
Итого за приём		808	21,74	27,88	110,38	788,96	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
ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ДОТАЦИЯ) (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 09.01.2025г.-10.01.2025г.**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Четверг 09.01.2025г. (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 10.01.2025г. (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/