

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 17.03.2025г.-21.03.2025г.**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы		
<b>Понедельник 17.03.2025г. ( 1 неделя 1 день п/п)</b>							
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
<b>Итого за приём</b>		<b>461</b>	<b>11,57</b>	<b>4,13</b>	<b>79,64</b>	<b>407,29</b>	<b>44,00</b>
<b>Вторник 18.03.2025г. ( 1 неделя 2 день п/п)</b>							
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	табл№4,№302	201	7,91	3,08	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
<b>Итого за приём</b>		<b>469</b>	<b>13,26</b>	<b>3,86</b>	<b>79,50</b>	<b>404,29</b>	<b>44,00</b>
<b>Среда 19.03.2025г. ( 1 неделя 3 день п/п)</b>							
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
<b>Итого за приём</b>		<b>466</b>	<b>13,50</b>	<b>9,13</b>	<b>73,79</b>	<b>429,04</b>	<b>44,00</b>
<b>Четверг 20.03.2025г. (1 неделя 4 день п/п)</b>							
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
<b>Итого за приём</b>		<b>461</b>	<b>11,57</b>	<b>4,13</b>	<b>79,64</b>	<b>407,29</b>	<b>44,00</b>
<b>Пятница 21.03.2025г. ( 1 неделя 5 день п/п)</b>							
Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом сливочным	ТТК №71	201	6,66	8,28	40,07	287,19	30,99
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,75
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	3,86
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,40
<b>Итого за приём</b>		<b>446</b>	<b>10,33</b>	<b>8,83</b>	<b>69,59</b>	<b>421,64</b>	<b>44,00</b>

Технолог:




/ В. А. Лебедева/

Согласовано:  
директор МБОУ  
"Лянторская СОШ № 5"

  
Д. 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 17.03.2025г.-21.03.2025г.**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	ЭЦ,ккал	Цена
			всего	всего			
<b>Понедельник 17.03.2025г. ( 1 неделя 1 день п/п)</b>							
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	100	1,20	10,00	7,10	124,00	36,54
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	27,28
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	27,43
Биточек "Особый"	ТТК № 90	100	19,00	10,90	11,80	222,00	116,28
Хлеб пшеничный	порционно	36	2,52	0,36	17,63	84,60	7,53
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	6,27
Напиток с витаминами "Витошка"	№ 507 Сб.р.2018	200	0,00	0,00	19,00	80,00	18,67
витамины А,В1,С,Е							
Батончик Виталад "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	18,00
<b>Итого за прием</b>		<b>911</b>	<b>37,97</b>	<b>31,71</b>	<b>139,88</b>	<b>1008,95</b>	<b>258,00</b>
<b>Вторник 18.03.2025г. ( 1 неделя 2 день п/п)</b>							
Салат из свежих помидоров и огурцов(без лука)	№20	100	0,80	19,70	3,10	193,00	63,79
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	38,64
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл№4,№297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	33,14
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	78,62
Хлеб пшеничный	порционно	26	1,82	0,26	12,74	61,10	5,45
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Компот "Клубничка"( из замороженной клубники)	ТТК №36	200	0,30	0,10	20,90	83,00	25,18
Кондитерское изделие (сушки)	порционно	25	2,68	0,30	17,80	85,00	7,95
<b>Итого за прием</b>		<b>916</b>	<b>29,71</b>	<b>42,91</b>	<b>129,39</b>	<b>1025,23</b>	<b>258,00</b>
<b>Среда 19.03.2025г. ( 1 неделя 3 день п/п)</b>							
Салат из свежих помидоров	№19	100	0,95	20,14	3,96	198,00	57,57
Рассольник Ленинградский со сметаной	№ 132	260	2,40	6,10	15,70	129,00	46,95
Птица тушеная в соусе с овощами	№488	200	22,00	27,40	16,90	358,00	129,08
Хлеб пшеничный	порционно	27	1,89	0,27	13,23	63,45	5,54
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Напиток яблочный	№701	200	0,08	0,08	8,94	41,50	13,63
<b>Итого за прием</b>		<b>812</b>	<b>29,23</b>	<b>54,24</b>	<b>71,48</b>	<b>851,08</b>	<b>258,00</b>
<b>Четверг 20.03.2025г. (1 неделя 4 день п/п)</b>							
Огурец свежий порционно	ст 70-71	100	0,80	0,10	2,50	14,00	68,25
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	26,90	176,00	49,80
Голубцы с мясом и рисом (ленивые)	№485	100	6,26	10,21	4,85	124,00	64,20
Хлеб пшеничный	порционно	31	2,17	0,31	15,19	72,85	6,54
Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной)	порционно	25	2,00	0,88	19,63	65,75	11,38
Компот из кураги	№ 638	200	0,98	0,05	23,81	121,40	21,65
<b>Итого за прием</b>		<b>896</b>	<b>18,31</b>	<b>22,15</b>	<b>101,58</b>	<b>664,00</b>	<b>258,00</b>
<b>Пятница 21.03.2025г. ( 1 неделя 5 день п/п)</b>							
Кукуруза с яйцом и луком	№ 85	100	2,60	11,20	8,30	146,00	50,26
Суп любительский	№93, сб.р. 2008г	250	5,90	2,60	25,30	149,00	26,55
Плов из птицы (бедро)	№492	200	13,70	20,40	37,30	391,00	66,53
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	6,27
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	6,27
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Фрукт (мандарин) свежий	порционно	154	1,24	0,30	11,49	58,52	89,47
<b>Итого за приём</b>		<b>964</b>	<b>28,84</b>	<b>35,20</b>	<b>139,89</b>	<b>998,37</b>	<b>258,00</b>

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 17.03.2025г.-21.03.2025г.**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы		
<b>Понедельник 17.03.2025г. ( 1 неделя 1 день п/п)</b>							
Булочка Домашняя	№282, сб.р. 2001	60	4,40	7,10	34,00	218,00	29,99
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	20,00	80,00	44,00
Фрукт (мандарин) свежий	порционно	168	1,35	0,32	12,63	63,84	98,01
<b>Итого за приём</b>		<b>428</b>	<b>6,35</b>	<b>7,82</b>	<b>66,63</b>	<b>361,84</b>	<b>172,00</b>
<b>Вторник 18.03.2025г. ( 1 неделя 2 день п/п)</b>							
Запеканка из творога (со сгущённым молоком)	№366	100	15,30	11,20	23,10	254,00	126,55
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 (сушки)	порционно	25	2,68	0,30	17,80	85,00	7,95
<b>Итого за приём</b>		<b>325</b>	<b>17,98</b>	<b>11,50</b>	<b>64,90</b>	<b>434,00</b>	<b>172,00</b>
<b>Среда 19.03.2025г. ( 1 неделя 3 день п/п)</b>							
Булочка Улитка с сыром	ТТК №25	50	5,70	13,80	17,90	220,00	86,46
Чай с сахаром	№ 685	200	0,18	0,04	13,66	26,40	4,54
Имунеле с витаминами Д3, В6 + лактобактерии	порционно	100	2,50	2,50	11,50	79,00	52,00
Кондитерское изделие	порционно	30	1,71	9,18	10,00	19,60	29,00
<b>Итого за приём</b>		<b>380</b>	<b>10,09</b>	<b>25,52</b>	<b>53,06</b>	<b>345,00</b>	<b>172,00</b>
<b>Четверг 20.03.2025г. (1 неделя 4 день п/п)</b>							
Пицца "Школьная"	ТТК № 28	100	7,60	7,60	4,00	117,00	123,46
Чай с сахаром	№ 685	200	0,18	0,04	13,66	26,40	4,54
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	20,00	80,00	44,00
<b>Итого за приём</b>		<b>500</b>	<b>8,38</b>	<b>8,04</b>	<b>37,66</b>	<b>223,40</b>	<b>172,00</b>
<b>Пятница 21.03.2025г. ( 1 неделя 5 день п/п)</b>							
Блинчики со сгущенным молоком п/ф	ТК №27	50	3,60	6,00	17,25	144,00	44,80
Кисель из брусники	№ 640	200	0,15	0,10	18,67	73,68	30,98
Фрукт (банан) свежий	порционно	234	3,52	1,18	44,46	224,64	96,22
<b>Итого за приём</b>		<b>484</b>	<b>7,27</b>	<b>7,28</b>	<b>80,38</b>	<b>442,32</b>	<b>172,00</b>

Технолог:

/ В. А. Лебедева/