

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 05.05.2025г.-07.05.2025г.

| Наименование блюда                                    | Сборник<br>рецептур 2004 | Выход, г | Пищевые вещества |         |            | ЭЦ,ккал | Цена   |
|-------------------------------------------------------|--------------------------|----------|------------------|---------|------------|---------|--------|
|                                                       |                          |          | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы,г |         |        |
| Понедельник 05.05.2025г. (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 06.05.2025г. ( 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 07.05.2025г. (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   |        |
| Батончик Вигалад "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 |