

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 19.05.2025г.-26.05.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Понедельник 19.05.2025г. (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	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	
Хлеб ржаной	порционно	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	порционно	157	1,26	0,29	11,81	59,66	
Итого за прием		682	18,44	20,85	101,49	644,13	172,00
Вторник 20.05.2025г. (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	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	
Хлеб ржаной	порционно	22	1,68	0,22	11,22	53,79	
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	
Итого за прием		547	22,32	21,07	77,94	544,67	172,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Плов из птицы(бедро) с подгарнировкой	№492	200	13,70	20,40	37,30	391,00	
(Огурец свежий порционно)	стр 70-71	20	0,16	0,03	0,51	2,80	
Хлеб пшеничный	порционно	35	2,45	0,35	17,15	82,25	
Хлеб ржаной	порционно	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 Виталад "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	
Имунеле с витаминами D3, B6 + лактобактерии	порционно	100	2,50	2,50	11,50	79,00	
Итого за прием		600	22,10	24,98	106,86	716,00	172,00
Четверг 22.05.2025г. (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	порционно	40	2,80	0,40	19,58	94,00	
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	
Итого за прием		550	37,57	31,34	81,95	760,35	172,00
Пятница 23.05.2025г. (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	
Гуляш из курицы (филе)		10	0,08	0,01	0,17	1,00	
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	порционно	32	2,24	0,32	15,68	75,20	
Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной)	порционно	20	1,60	0,70	15,70	52,60	
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	
Итого за прием		552	35,07	19,89	86,00	640,49	172,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Каша молочная вязкая манная с маслом сливочным	табл.№4, №302	205	10,00	12,40	42,60	303,00	
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	
Хлеб пшеничный	порционно	20	1,40	0,20	9,80	47,00	
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	
Фрукт (мандарин) свежий		150	1,20	0,30	11,25	57,00	
Итого за прием		615	18,92	18,50	80,92	548,03	172,00