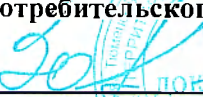


Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"


Л. Г. Емелева

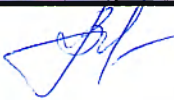
Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества


Е. А. Завьялова

МЕНЮ
ЗАВТРАК (с родительской доплатой 128,0 руб + 44,0 руб дотация)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
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)							
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом сливочным с подгарнировкой (Помидор свежий порционно) (Огурец свежий порционно)	№718	201	20,96	17,75	40,85	424,31	134,68
	стр 70-71	20	0,22	0,04	0,74	5,00	13,87
	стр 70-71	15	0,12	0,02	0,38	2,10	10,24
	порционно	21	1,47	0,21	10,29	49,35	4,49
	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
Хлеб пшеничный	порционно	21	1,47	0,21	10,29	49,35	4,49
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
Итого за приём		477	24,69	18,32	69,53	556,46	172,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	49,80
	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	78,62
	№282, сб.р. 200	60	4,40	7,10	34,00	218,00	29,99
	порционно	23	1,61	0,23	11,27	54,05	4,87
	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
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
Итого за приём		583	22,03	22,83	99,94	687,75	172,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Плов из птицы(бедро) с подгарнировкой (Огурец свежий порционно)	№492	200	13,70	20,40	37,30	391,00	66,53
	стр 70-71	20	0,16	0,03	0,51	2,80	13,65
	порционно	35	2,45	0,35	17,15	82,25	7,41
	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	6,27
	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,14
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,14
Батончик Виталад "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	18,00
Имунеле с витаминами D3, B6 + лактобактерии	порционно	100	2,50	2,50	11,50	79,00	52,00
Итого за приём		600	22,10	24,98	106,86	716,00	172,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Паста(спагетти) сливочная с курицей с подгарнировкой (Помидор свежий порционно)	№406 СБ.р. 202	200	16,60	19,20	28,80	356,00	101,48
	стр 70-71	20	0,22	0,04	0,74	5,00	13,87
	порционно	29	2,03	0,29	14,21	68,15	6,10
	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Булочка Фантазия	Приказ № 001-8-4	80	5,60	10,40	43,90	292,00	40,78
Итого за приём		554	26,75	30,28	107,47	809,08	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	33,14
		10	0,08	0,01	0,17	1,00	6,41
	ТТК № 51	100	20,50	4,40	3,00	133,00	87,69
	№282, сб.р. 200	60	4,40	7,10	34,00	218,00	29,99
	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционно	24	1,84	0,27	12,24	58,68	5,00
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Итого за приём		599	39,16	19,23	113,03	782,23	172,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом сливочным	№718	201	20,96	17,75	40,85	424,31	134,68
	№97	15	3,30	4,00	0,00	49,00	21,97
	порционно	27	1,89	0,27	13,23	63,45	5,58
	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Сыр (порциями)	№97	15	3,30	4,00	0,00	49,00	21,97
Хлеб пшеничный	порционно	27	1,89	0,27	13,23	63,45	5,58
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Итого за приём		468	28,45	22,37	73,90	624,69	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 (с родительской платой) (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ
С 19.05.2025г.-26.05.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 200	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Понедельник 19.05.2025г. (2 неделя 1 день)							
Икра кабачковая	порционно	60	0,72	2,82	4,62	4,80	18,60
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	210	1,60	4,80	9,90	89,00	32,97
Макаронные изделия отварные	№332,516	150	5,47	3,98	33,36	194,00	22,86
Голубцы с мясом и рисом (ленивые)	№485	100	16,26	10,21	17,85	284,00	64,20
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	6,24
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Кондитерское изделие (печенье)	порционно	25	1,88	4,75	36,08	115,00	9,25
Итого за прием		800	30,94	27,21	156,76	928,43	172,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Салат из свеклы с изюмом	№20 С.р. 200	60	0,92	3,65	9,40	63,60	17,14
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	27,28
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом сливочным	№718	151	15,72	13,31	30,64	318,23	101,66
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	6,27
Хлеб ржаной	порционно	29	2,22	0,29	14,79	70,91	6,02
Напиток яблочный	№701	200	0,08	0,08	8,94	41,50	13,63
Итого за прием		720	26,64	21,73	96,27	696,74	172,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Икра кабачковая	порционно	60	0,72	2,82	4,62	4,80	18,60
Щи из свежей капусты с картофелем	№ 124	200	1,60	3,50	7,50	59,00	23,90
Пюре картофельное	№520	150	3,80	4,60	25,63	162,00	41,50
Котлеты или биточки рыбные (из минтая)	№388	100	12,56	3,00	8,90	106,00	64,57
Хлеб пшеничный	порционно	27	1,89	0,27	13,23	63,45	5,55
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Итого за прием		762	23,48	14,54	100,13	566,38	172,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Салат из свеклы с чесноком	№22 С.р. 200	60	0,88	6,05	5,11	78,33	13,29
Суп картофельный с клецками	сб.р.Мог. № 8	250	2,10	3,40	12,10	87,00	24,68
Рис припущенный с маслом сливочным	№512	150	3,60	5,30	36,28	211,00	29,79
Котлета или биточек мясной с соусом томатным	№454,587	100	7,80	6,40	6,90	117,00	81,30
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционно	24	1,84	0,24	12,24	58,68	5,06
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Итого за прием		809	18,97	21,74	112,38	720,76	172,00
Пятница 23.05.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	60	1,50	6,00	5,40	81,00	22,07
Суп-лапша домашняя	№ 148	250	2,70	2,60	18,90	111,00	20,31
Макаронные изделия отварные	№332,516	150	5,47	3,98	33,36	194,00	22,86
Биточек "Школьник" с соусом томатным основным	№278	100	9,44	10,56	7,93	154,90	84,94
Хлеб пшеничный	порционно	24	1,68	0,24	11,76	56,40	4,99
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Итого за прием		804	23,32	23,68	115,05	756,20	172,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	60	1,50	6,00	5,40	81,00	22,07
Суп картофельный с крупой	№ 138	200	3,60	2,32	24,08	131,20	20,51
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл.№4,№29	150	8,48	5,88	36,94	238,00	27,62
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	78,62
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,30
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Итого за прием		760	28,24	24,50	124,42	830,08	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 (с родительской доплатой 212,0 руб; 168,0 руб + 44 дотация) (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 19.05.2025г.-26.05.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 200	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Понедельник 19.05.2025г. (2 неделя 1 день)							
Икра кабачковая	порционно	100	1,20	4,70	7,70	78,00	31,00
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	38,64
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	27,43
Котлета или биточек мясной с соусом томатным	№454,587	100	7,80	6,40	6,90	117,00	81,30
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	6,27
Хлеб ржаной	порционно	26	1,99	0,26	13,26	63,57	5,46
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Кондитерское изделие (печенье)	порционно	25	1,88	4,75	36,08	115,00	9,25
Итого за прием		921	24,57	26,71	158,44	893,07	212,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Салат из свеклы с изюмом	№20 С.р. 200	100	1,54	6,08	15,66	106,00	28,56
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	27,28
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом сливочным	№718	201	20,96	17,75	40,85	424,31	134,68
Хлеб пшеничный	порционно	22	1,54	0,22	10,78	51,70	4,65
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Итого за прием		793	32,17	28,45	122,79	872,91	212,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Икра кабачковая	порционно	100	1,20	4,70	7,70	78,00	31,00
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	31,90	190,00	49,80
Котлеты или биточки рыбные (из минтая)	№388	100	12,56	3,00	8,90	106,00	64,57
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционно	22	1,68	0,22	11,22	53,79	4,62
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Кондитерское изделие (сушки)	порционно	25	2,68	1,80	17,80	94,70	7,95
Итого за прием		912	26,97	20,67	125,97	781,24	212,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Салат из свеклы с чесноком	№22 С.р. 200	100	1,46	10,09	8,51	130,55	22,15
Суп картофельный с клецками	сб.р.Мог. № 8	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
Котлета или биточек мясной с соусом томатным	№454,587	100	7,80	6,40	6,90	117,00	81,30
Хлеб пшеничный	порционно	21	1,47	0,21	10,29	49,35	4,29
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
Компот из кураги	№ 638	200	0,98	0,05	23,81	121,40	21,65
Батончик Виталд "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	18,00
Итого за прием		886	20,29	27,40	124,76	853,20	212,00
Пятница 23.05.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	100	1,20	10,00	7,10	124,00	36,54
Суп-лапша домашняя	№ 148	250	2,70	2,60	18,90	111,00	20,31
Макаронные изделия отварные	№332,516	150	5,47	3,98	33,36	194,00	22,86
Биточек "Школьник" с соусом томатным основным	№278	100	9,44	10,56	7,93	154,90	84,94
Хлеб пшеничный	порционно	34	2,38	0,34	16,66	79,90	7,08
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,00	73,35	6,27
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	34,00
Итого за прием		864	24,09	28,18	131,55	877,15	212,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Салат из свеклы с чесноком	№22 С.р. 200	100	1,46	10,09	8,51	130,55	22,15
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,№29	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	23	1,61	0,23	11,27	54,05	4,62
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Батончик Виталд "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	18,00
Итого за прием	1	898	28,55	34,27	130,83	945,50	212,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/