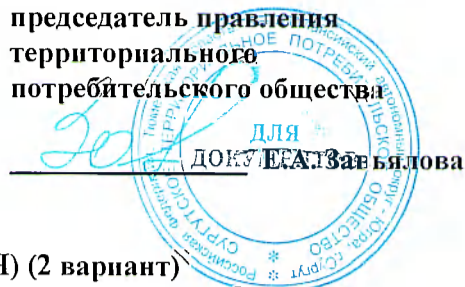


Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"



Л. Е. Емелева

Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества



Е. А. Зайцева

**МЕНЮ
ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ДОТАЦИЯ) (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 18.05.2026г.-22.05.2026г.**

Наименование блюда	Сборник рецептов 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы		
Понедельник 18.05.2026г. (1 неделя 1 день п/п)							
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
Итого за приём		461	11,57	4,13	79,64	407,29	44,00
Вторник 19.05.2026г. (1 неделя 2 день п/п)							
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	табл.№4, №302	201	7,91	13,08	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
Итого за приём		469	13,26	13,86	79,50	404,29	44,00
Среда 20.05.2026г. (1 неделя 3 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
Четверг 21.05.2026г. (1 неделя 4 день п/п)							
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
Итого за приём		461	11,57	4,13	79,64	407,29	44,00
Пятница 22.05.2026г. (1 неделя 5 день п/п)							
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
Итого за приём		446	10,33	8,83	69,59	421,64	44,00

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 варианта)
для организации питания детей с 7-11 лет
для организации питания детей с 12 лет и старше
с 18.05.2026г.-22.05.2026г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена
			всего	всего	г.		
Понедельник 18.05.2026г. (1 неделя 1 день п/п)							
Огурец солёный порционно		100	0,80	0,10	1,70	12,00	64,05
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	40,68
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	27,44
Биточек рубленный из филе птицы	№ 499	100	22,10	20,20	40,00	299,00	107,31
Хлеб пшеничный	порционно	21	1,47	0,21	10,29	49,35	4,52
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,30
Компот из яблок	№631	200	0,13	0,13	10,13	60,50	19,70
Итого за прием		881	34,63	31,04	124,62	808,75	268,00
Вторник 19.05.2026г. (1 неделя 2 день п/п)							
Салат из свежих помидоров и огурцов(без лука)	№20	100	0,80	19,70	3,10	193,00	63,80
Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140	250	2,70	2,60	18,90	111,00	32,54
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл.№4, №297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	33,15
Митболы (с соусом томатным основным)	Сб.р.2022 №542	100	17,20	6,90	30,90	143,00	68,74
Гренки (пшеничные)	Сб.р.2022 №178	30	3,24	0,36	18,90	93,60	9,44
Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной)	порционно	29	2,32	1,02	22,77	76,27	14,15
Компот "Клубничка"(из замороженной клубники)	ТТК №36	200	0,30	0,10	20,90	83,00	25,18
Мармелад "Комбинат"с витаминами D3, E, B7,B5,B3,B6	порционно	12	0,05	0,00	8,28	29,28	21,00
Итого за прием		901	36,81	37,78	168,05	1015,15	268,00
Среда 20.05.2026г. (1 неделя 3 день п/п)							
Салат из свежих помидоров	№19	100	0,95	20,14	3,96	198,00	57,58
Рассольник Ленинградский со сметаной	№ 132	260	2,40	6,10	15,70	129,00	49,15
Птица тушеная в соусе с овощами	№488	200	22,00	27,40	65,91	358,00	134,78
Хлеб пшеничный	порционно	29	2,03	0,29	14,21	68,15	6,45
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,38
Напиток из плодов шиповника	№ 707	200	0,32	0,14	11,47	65,30	14,66
Итого за прием		814	29,61	54,32	124,00	879,58	268,00
Четверг 21.05.2026г. (1 неделя 4 день п/п)							
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	37,42
Пюре картофельное	№520	180	4,10	12,50	37,90	206,00	52,96
"Ежики" мясные (с соусом томатным основным)50/50	№527сб.р.2022	100	16,60	18,40	12,70	239,00	67,22
Хлеб пшеничный	порционно	20	1,40	0,20	9,80	47,00	4,31
Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной)	порционно	20	1,60	0,70	15,70	52,60	9,80
Кисель из кураги	№ 643	200	1,05	0,06	41,19	150,00	28,04
Итого за прием		880	27,55	37,06	128,49	798,60	268,00
Пятница 22.05.2026г. (1 неделя 5 день п/п)							
Салат "Летний"	Сб.р.2022 №132	100	1,30	12,50	14,90	138,00	58,69
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	28,31
Плов из птицы (бедро)	№492	200	13,70	20,40	37,30	391,00	67,41
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	6,60
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	6,45
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Фрукт (мандарин) свежий	порционно	151	1,22	0,29	11,28	57,38	87,89
Итого за приём		961	27,22	37,99	138,78	972,23	268,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/

Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"



Д. 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 18.05.2026г.-22.05.2026г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы		
Понедельник 18.05.2026г. (1 неделя 1 день п/п)							
Булочка Домашняя	№282, сб.р. 2001	100	7,33	11,83	56,67	363,33	48,23
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	20,00	80,00	44,00
Фрукт (мандарин) свежий	порционно	147	1,18	0,28	11,05	55,86	85,77
Итого за приём		447	9,11	12,51	87,72	499,19	178,00
Вторник 19.05.2026г. (1 неделя 2 день п/п)							
Суфле творожное запеченное со сгущенным молоком	№435сб.р.2022	120	14,50	9,20	22,70	231,00	125,64
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	33	3,54	0,40	23,50	112,20	14,86
Итого за приём		353	18,04	9,60	70,20	438,20	178,00
Среда 20.05.2026г. (1 неделя 3 день п/п)							
Ватрушка с творогом	№299, сб.р. 2001	60	8,60	5,00	24,10	177,00	53,46
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	55,00
Мармелад "Этномишки" с витаминами (Е, Д3, витамины группы В)	порционно	36	0,14	0,00	24,84	87,84	65,00
Итого за приём		396	11,42	7,54	74,10	370,24	178,00
Четверг 21.05.2026г. (1 неделя 4 день п/п)							
Пицца "Школьная" (с курицей)	ТТК № 28	100	7,60	7,60	4,00	117,00	125,86
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,14
Сок(нектар) фруктовый.вырабатываемый промышленно в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	20,00	80,00	44,00
Итого за приём		500	8,44	8,05	37,85	224,60	178,00
Пятница 22.05.2026г. (1 неделя 5 день п/п)							
Ряженка Агуша	порционно	180	5,04	5,22	20,52	149,40	84,00
Фрукт (апельсин) свежий	порционно	208	1,87	0,42	16,85	89,44	94,00
Итого за приём		388	6,91	5,64	37,37	238,84	178,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/