

Согласовано:

директор МБОУ

"Ланторская СОШ № 5"



Утверждаю:

председатель правления
территориального
потребительского общества

20
ДОКУМЕНТ ЗАВьялова



МЕНЮ

ЗАВТРАК 1 СМЕНА (2 вариант)

ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ

ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ, 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)

С 22.04.2024г.-27.04.2024г.

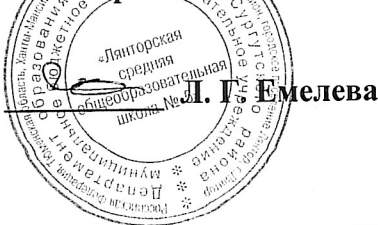
Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Понедельник 22.04.2024г. (2 неделя 1 день)							
Запеканка из творога (со сгущённым молоком)	№366	100	15,30	11,20	23,10	254,00	79,20
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	табл.№4, №302	155	6,44	7,17	33,31	216,00	23,87
Хлеб пшеничный	порционнo	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционнo	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,35
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Фрукт (яблоко) свежий	порционнo	161	1,29	0,31	12,11	61,18	49,96
Итого за прием		666	27,08	19,28	100,59	677,86	166,00
Вторник 23.04.2024г. (2 неделя 2 день п/п)							
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл.№4, №297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	27,59
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	87,24
Сыр (порциями)	№97	15	3,30	4,00	0,00	49,00	16,97
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	15,70
Хлеб пшеничный	порционнo	30	2,10	0,30	14,70	70,50	5,01
Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной)	порционнo	25	2,00	0,88	19,63	65,75	9,00
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Итого за прием		560	28,05	29,34	91,28	713,94	166,00
Среда 24.04.2024г. (2 неделя 3 день п/п)							
Огурец свежий порционнo	ст 70-71	60	0,47	0,06	1,50	8,40	37,80
Плов из птицы(бедро)	№492	200	17,40	22,80	34,20	373,00	64,58
Хлеб пшеничный	порционнo	29	2,03	0,29	14,21	68,15	4,78
Хлеб ржаной	порционнo	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,35
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Имунеле с витаминами D3, B6 + лактобактерии	порционнo	100	2,50	2,50	11,50	79,00	50,00
Итого за прием		614	24,70	26,00	81,23	616,48	166,00
Четверг 25.04.2024г. (2 неделя 4 день п/п)							
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	26,90	176,00	40,39
Курица запечёная (голень)	ТТК № 50	100	25,48	25,84	0,00	333,20	92,26
Хлеб пшеничный	порционнo	29	2,03	0,29	14,21	68,15	4,71
Хлеб ржаной	порционнo	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,35
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,09
Кондитерское изделие (вафля)	порционнo	30	1,50	9,00	18,60	162,00	16,20
Итого за прием		564	35,26	40,93	86,31	828,08	166,00
Пятница 26.04.2024г. (2 неделя 5 день п/п)							
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	21,26
Гуляш из курицы (филе)	ТТК № 51	100	26,90	3,80	2,00	150,00	93,34
Хлеб пшеничный	порционнo	21	1,47	0,21	10,29	49,35	3,43
Хлеб ржаной	порционнo	20	1,53	0,20	10,20	48,90	3,48
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Нектар фруктовый, вырабатываемый промышленностью в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	40,00
Итого за прием		721	37,49	9,41	102,16	648,05	166,00
Суббота 27.04.2024г. (1 неделя 1 день п/п)							
Каша молочная вязкая манная с маслом сливочным	табл.№4, №302	205	7,00	6,40	25,40	157,00	29,88
Сыр (порциями)	№97	15	3,30	4,00	0,00	49,00	16,97
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	15,70
Хлеб пшеничный	порционнo	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционнo	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,35
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Фрукт (мандарин) свежий	порционнo	156	1,25	0,30	11,73	59,28	90,48
Итого за прием		636	15,66	18,56	69,28	477,85	166,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/

Согласовано:

директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"



Утверждаю:

председатель правления
территориального
потребительского общества



МЕНЮ

**ОБЕД (Льготная категория) (2 вариант)
для организации питания детей с 7-11 лет
для организации питания детей с 12 лет и старше
с 22.04.2024г.-27.04.2024г.**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Понедельник 22.04.2024г. (2 неделя 1 день)							
Огурец солёный порционно	порционно	100	0,80	0,10	1,70	12,00	58,80
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	21,98
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	21,26
Гуляш с мясом говядины	№437	100	17,90	17,70	2,90	242,50	110,25
Хлеб пшеничный	порционно	39	2,73	0,39	19,10	91,65	6,49
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,00	73,35	5,22
Сок вырабатываемый промышленностью	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	24,00
Итого за прием		899	36,53	27,69	129,10	924,50	248,00
Вторник 23.04.2024г. (2 неделя 2 день п/п)							
Огурец свежий порционно	ст 70-71	100	0,80	0,10	2,50	14,00	63,00
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	30,53
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом сливочным	№718	205	21,20	20,70	40,90	450,70	127,75
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,23
Хлеб ржаной	порционно	24	1,84	0,24	12,24	58,68	4,23
Компот из яблок	№631	200	0,12	0,11	24,65	33,08	18,26
Итого за прием		814	27,71	26,90	104,84	721,21	248,00
Среда 24.04.2024г. (2 неделя 3 день п/п)							
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	100	1,20	10,00	7,10	124,00	28,58
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	№ 124	260	2,00	5,10	8,70	90,00	29,46
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	26,90	176,00	40,39
Котлеты рыбные любительские	№390	100	12,60	4,90	5,90	118,00	69,56
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	4,95
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,00	73,35	5,22
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	9,99
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	193	0,30	0,30	6,85	35,75	59,85
Итого за прием		1093	25,60	26,50	112,65	797,60	248,00
Четверг 25.04.2024г. (2 неделя 4 день п/п)							
Салат из свежих помидоров	№19	100	0,95	20,14	3,96	198,00	52,17
Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140	250	2,70	2,60	18,90	111,00	25,25
Рис припущенный с маслом сливочным	№512	180	4,20	5,70	41,70	239,00	24,52
Тефтели (1 вариант)	№461	100	8,30	11,20	9,40	172,00	71,27
Хлеб пшеничный	порционно	28	1,96	0,28	13,72	65,80	4,66
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,35
Напиток клюквенный	№700	200	0,12	0,04	22,64	89,00	25,78
Нектар фруктовый, вырабатываемый промышленностью в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	40,00
Итого за прием		1083	20,74	40,61	155,67	1075,93	248,00
Пятница 26.04.2024г. (2 неделя 5 день п/п)							
Салат из свеклы с изюмом	№20 С.р. 2001г.	100	1,54	6,08	15,66	106,00	24,07
Рассольник ленинградский со сметаной	№ 132	260	2,40	6,10	15,70	129,00	38,70
Жаркое по-домашнему	№ 436	200	19,40	19,60	21,40	342,00	139,08
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционно	24	1,84	0,24	12,24	58,68	4,21
Компот "Клубничка"(из замороженной клубники)	ТТК №36	200	0,30	0,10	20,90	83,00	21,81
Кондитерское изделие (печенье)	порционно	50	3,76	9,50	72,16	230,00	16,00
Итого за прием		859	30,99	41,87	170,31	1007,43	248,00
Суббота 27.04.2024г. (1 неделя 1 день п/п)							
Салат"Оранжевый рай"	ТТК №78	100	3,70	11,20	6,40	142,00	24,92
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	21,98
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	21,26
Биточек "Особый" с маслом сливочным	ТТК № 90	100	19,00	10,90	11,80	222,00	97,22
Хлеб пшеничный	порционно	5	0,03	3,63	0,04	32,95	7,85
Хлеб ржаной	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	4,95
Хлеб ржаной	порционно	28	2,14	0,28	14,28	68,46	4,80
Компот "Вишенка"(из замороженной вишни)	ТТК №37	200	0,30	0,10	22,00	87,00	28,02
Кондитерское изделие (печенье в индивидуальной упаковке)	порционно	28	1,10	5,10	35,00	124,60	37,00
Итого за прием		921	40,57	40,31	162,02	1112,51	248,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/

Согласовано:
директор МБОУ
Лянторская СОШ № 5"



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества
для
ДОКУМЕНТОВ
Е.А. Завылова



МЕНЮ
ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ДОТАЦИЯ) (2 варианта)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 22.04.2024г.-27.04.2024г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Понедельник 22.04.2024г. (2 неделя 1 день)							
Каша молочная вязкая пшеничная	табл.№4, №302	300	11,17	4,77	63,06	341,05	30,61
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	4,50
Хлеб ржаной	порционно	29	2,22	0,29	17,79	70,91	4,54
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за приём		559	15,88	5,46	102,62	509,26	44,00
Вторник 23.04.2024г. (2 неделя 2 день п/п)							
Каша молочная вязкая манная	табл.№4, №302	300	10,47	4,27	57,86	313,05	31,58
Хлеб пшеничный	порционно	27	1,89	0,27	13,23	63,45	4,07
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,00
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за приём		552	14,66	4,89	90,91	464,43	44,00
Среда 24.04.2024г. (2 неделя 3 день п/п)							
Каша молочная вязкая пшённая	табл.№4, №302	300	12,07	6,27	60,46	348,05	31,36
Хлеб пшеничный	порционно	29	2,03	0,29	14,21	68,15	4,29
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,00
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за приём		554	16,40	6,91	94,49	504,13	44,00
Четверг 25.04.2024г. (2 неделя 4 день п/п)							
Каша молочная вязкая кукурузная	табл.№4, №302	300	9,37	4,67	72,36	372,05	32,16
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	3,49
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,00
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за приём		550	13,42	5,27	104,43	518,73	44,00
Пятница 26.04.2024г. (2 неделя 5 день п/п)							
Каша молочная вязкая из геркулеса	табл.№4, №302	300	12,57	8,17	57,06	353,05	31,96
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	3,75
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	3,94
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за приём		550	16,62	8,77	89,13	499,73	44,00
Суббота 27.04.2024г. (1 неделя 1 день п/п)							
Каша молочная вязкая манная	табл.№4, №302	300	10,47	4,27	57,86	313,05	31,58
Хлеб пшеничный	порционно	27	1,89	0,27	13,23	63,45	4,07
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,00
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за приём		552	14,66	4,89	90,91	464,43	44,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/