

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

08 апреля 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
15	Сыр российский порционно	20	19,60	4,64	5,9	0	71,66
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с сахаром и маслом сливочным 200/10/10	220	29,47	5,72	8,98	40,43	265,32
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
389	Сок фруктовый	200	23,65	1	0	24,4	101,6
	Итого завтрак:	500	76,72	15,62	15,48	89,61	560,14
	Обед						
70	Огурец соленый	60	7,80	0,48	0,12	1,92	10,8
102	Суп гороховый	200	9,62	4,12	4	14,5	110,23
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	39,25	10,04	11,82	10,5	188,03
309	Макаронные изделия отварные	150	8,05	5,28	3,88	32,74	187,2
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
344	Компот из яблок	200	8,00	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	770	76,72	24,48	20,42	111,74	729,92
	Всего:	1270		40,1	35,9	201,35	1290,06

Утверждено
Директор МБОУ СОШ №7



Калышин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

09 апреля 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
223	Запеканка из творога с соусом яблочным 150/20	170	40,70	26,23	13,72	28,7	368,1
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
386	Йогурт в инд. упаковке	125	24,22	4,25	3,13	6,88	72,63
378	Чай с молоком 150/50/15	215	7,80	1,4	1,6	17,7	91
	Итого завтрак:	570	76,72	36,14	19,05	78,06	653,29
	Обед						
70	Помидор соленый	60	8,20	0,72	0,12	3,48	18
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	9,30	2,16	2,56	15,12	91,87
279/331	Тефтели из говядины 60/40	100	33,20	8,2	9,92	10,35	159,85
302	Гречка отварная	150	15,52	8,42	5,22	36,42	226,08
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
349	Компот из сухофруктов	200	6,50	0,38	0	30,74	124,46
	Итого обед:	770	76,72	24,14	18,42	120,89	741,82
	Всего:	1340		60,28	37,47	198,95	1395,11

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

10 апреля 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак							
291	Плов с курицей 80/180	260	60,77	24,28	24,42	38,02	520,8
70	Огурец соленый	60	7,80	0,48	0,12	1,92	10,8
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
Итого завтрак:		595	76,72	29,12	25,14	79,72	713,16
Обед							
324	Свекла тушеная	60	5,30	1,01	0,73	6,3	35,81
82	Борщ с капустой и картофелем	200	9,17	1,59	3,67	9,9	79,96
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40	100	36,05	9,95	12,45	17,32	186,95
302	Пшеничная каша рассыпчатая	150	14,20	7,72	3,96	43,28	239,59
344	Компот из яблок	200	8,00	0,3	0	27,3	112,1
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого обед:		770	76,72	24,83	21,41	128,88	775,97
Всего:		1365		53,95	46,55	208,6	1489,13



Утверждено
 Директор МБОУ СОШ № 7

Калашников А.А.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

11 апреля 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	7,82	0,08	7,25	0,13	66,1
210	Омлет натуральный	159	44,28	15,55	16,94	2,78	240
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	15,42	0,4	0	12,6	52
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	5,20	0,2	0	16	65
	Итого завтрак:	551	76,72	20,49	24,79	56,29	544,66
	Обед						
73	Кабачковая икра	60	10,60	0,00	4,2	4,2	54
101	Суп картофельный с пшеном	200	8,25	1,78	3,28	12,4	93,2
229/331	Рыба, припущенная с овощами 60/50	110	33,02	232,63	21,70	10,70	11,03
312	Пюре картофельное	150	16,70	3,26	4,24	20,17	130,97
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого обед:	795	76,72	242,03	34,02	87,25	470,76
	Всего:	1346		262,52	58,81	143,54	1015,42



Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 7

Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

12 апреля 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	21,20	0,8	0,2	7,5	35
204	Макаронные изделия отварные с сыром 150/20/5	175	35,02	9,96	12,97	32,8	287,96
328	Какао с молоком	200	16,50	3,76	3,2	26,74	150,8
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого завтрак:	535	76,72	18,78	16,97	91,82	595,32
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	5,30	1,01	0,73	6,3	35,81
102	Суп гороховый	200	8,20	4,12	4	14,49	110,23
291	Плов с курицей 90/150	240	55,07	26,37	29,08	45,72	547,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	775	76,72	35,86	34,41	106,29	874,84
	Всего:	1310		54,64	51,38	198,11	1470,16