

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7

Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ

19 февраля 2024г

| № рецепта | Наименование блюда | Масса,г | Цена, руб | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, кКал |
|--------------|--|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
| | | | | белки | жиры | углево- ды | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 15 | Сыр российский порционно | 20 | 14,50 | 4,64 | 5,9 | 0 | 71,66 |
| 173 | Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с сахаром маслом сливочным 200/10/10 | 220 | 24,30 | 5,72 | 8,98 | 40,43 | 265,32 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,60 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,60 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| 389 | Сок фруктовый | 200 | 19,00 | 1 | 0 | 24,4 | 101,6 |
| | Итого завтрак: | 500 | 61,00 | 15,62 | 15,48 | 89,61 | 560,14 |
| | Обед | | | | | | |
| 70 | Огурец соленый | 100 | 3,00 | 0,8 | 0,2 | 3,2 | 18 |
| 102 | Суп гороховый | 250 | 9,02 | 5,15 | 5 | 18,13 | 137,79 |
| 294/331 | Котлеты рубленые из курицы с соусом 80/40 | 120 | 31,36 | 13,2 | 15,16 | 13,25 | 241,59 |
| 309 | Макаронные изделия отварные | 180 | 5,42 | 6,34 | 4,66 | 39,29 | 224,64 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,60 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,60 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| 344 | Компот из яблок | 200 | 9,00 | 0,3 | 0 | 27,3 | 112,1 |
| | Итого обед: | 910 | 61,00 | 30,05 | 25,62 | 125,95 | 855,68 |
| | Всего: | 1410 | | 45,67 | 41,1 | 215,56 | 1415,82 |



Утверждено
Директор МБОУ СОШ № 7
Калыужин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ
20 февраля 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 200/20 | 220 | 30,70 | 34,9 | 18,3 | 38,27 | 490,8 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,60 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,60 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| 386 | Йогурт в инд. упаковке | 125 | 19,30 | 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: | 620 | 61,00 | 44,81 | 23,63 | 87,63 | 775,99 |
| | Обед | | | | | | |
| 70 | Помидор соленый | 100 | 3,00 | 1,2 | 0,2 | 5,8 | 30 |
| 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 6,10 | 2,7 | 3,2 | 18,9 | 114,84 |
| 279/332 | Тефтели из говядины 80/40 | 120 | 32,88 | 10,75 | 12,63 | 13,05 | 204,01 |
| 302 | Гречка отварная | 180 | 11,02 | 9,84 | 6,26 | 47,7 | 271,3 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,60 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,60 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 4,80 | 0,38 | 0 | 30,74 | 124,46 |
| | Итого обед: | 910 | 61,00 | 29,13 | 22,89 | 140,97 | 866,17 |
| | Всего: | 1530 | | 73,94 | 46,52 | 228,6 | 1642,16 |

Утверждено
Директор МБОУ СОШ № 7

Индивидуальный предприниматель

МБОУ Калынкин А.А.

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ

21 февраля 2024г

| № рецепта | Наименование блюда | Масса,г | Цена, руб | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, кКал |
|--------------|---------------------------------|----------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
| | | | | белки | жиры | углево- ды | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 291 | Плов с курицей 80/180 | 260 | 49,80 | 24,28 | 24,42 | 38,02 | 520,8 |
| 70 | Огурец соленый | 100 | 5,00 | 0,8 | 0,2 | 3,2 | 18 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,60 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,60 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| 378 | Чай с сахаром | 222 | 3,00 | 0,1 | 0 | 15 | 60 |
| | Итого завтрак: | 642,00 | 61,00 | 29,44 | 25,22 | 81,00 | 720,36 |
| | Обед | | | | | | |
| 324 | Свекла тушеная | 100 | 3,00 | 1,68 | 1,22 | 10,5 | 59,68 |
| 82 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 6,02 | 1,99 | 4,59 | 12,38 | 99,95 |
| 268 331 | Котлеты из говядины 80/40 | 120 | 31,57 | 13,08 | 16 | 22,35 | 240,15 |
| 302 | Пшеничная каша рассыпчатая | 180 | 8,20 | 9,26 | 4,75 | 51,94 | 287,51 |
| 344 | Компот из яблок | 200 | 9,01 | 0,3 | 0 | 27,3 | 112,1 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,60 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,60 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| | Итого обед: | 910 | 61,00 | 30,57 | 27,16 | 149,25 | 920,95 |
| | Всего: | 1552,00 | | 60,01 | 52,38 | 230,25 | 1641,31 |

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 7



МБОУ Калишкин А.А.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ
22 февраля 2024г

| № рецепта | Наименование блюда | Масса,г | Цена, руб | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность, кКал |
|--------------|--|-------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
| | | | | белки | жиры | углево- ды | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 14 | Масло сливочное «крестьянское» порциями | 10 | 4,56 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 |
| 210 | Омлет натуральный 159 | 159 | 32,24 | 15,55 | 16,94 | 2,78 | 240 |
| 338 | Фрукты свежие сезонные калиброванное 1шт | 100 | 17,00 | 0,4 | 0 | 12,6 | 52 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,60 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,60 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| 377 | Чай с лимоном 200/15/7 | 222 | 4,00 | 0,2 | 0 | 16 | 65 |
| | Итого завтрак: | 551 | 61,00 | 20,49 | 24,79 | 56,29 | 544,66 |
| | Обед | | | | | | |
| 73 | Кабачковая икра | 100 | 6,15 | 0 | 7 | 7 | 90 |
| 101 | Суп картофельный с пшеном | 250 | 6,02 | 2,23 | 4,1 | 15,5 | 116,5 |
| 229/331 | Рыба, припущенная с овощами 50/50 | 100 | 32,43 | 18,12 | 8,94 | 9,19 | 193,86 |
| 312 | Пюре картофельное | 180 | 10,20 | 3,91 | 5,1 | 24,2 | 157,16 |
| 1091 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,60 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| 1091 | Хлеб ржаной | 30 | 1,60 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 51,24 |
| 378 | Чай с сахаром 200/15 | 215 | 3,00 | 0,1 | 0 | 15 | 60 |
| | Итого обед: | 905 | 61,00 | 28,62 | 25,74 | 95,67 | 739,08 |
| | Всего: | 1456 | | 49,11 | 50,53 | 151,96 | 1283,74 |