

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 7

Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

27 января 2025г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
	Кондитерское изделие 1 шт	55	16,00	3	17,5	26,5	275
224	Запеканка из творога с морковью с яблочным соусом 150/20	170	52,57	12,3	9,2	42,6	396,6
377	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 завтрак:	500	76,72	19,66	27,3	108,88	853,16
	Обед						
70	Помидор соленый	60	8,20	0,72	0,12	3,48	18
82	Борщ с капустой и картофелем	200	9,80	1,59	3,67	9,9	79,96
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	39,42	10,04	11,82	10,5	188,03
309	Макаронные изделия отварные	150	8,20	5,28	3,88	32,74	187,2
349	Компот из сухофруктов	200	7,10	0,38	0	30,74	124,46
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	22,27	20,09	112,14	719,21
	Всего:	1270		41,93	47,39	221,02	1572,37

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7

Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

28 января 2025г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
73	Кабачковая икра	60	10,60	0,00	4,2	4,2	54
210	Омлет натуральный	159	50,15	15,55	16,94	2,78	240
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
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	7,82	0,08	7,25	0,13	66,1
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	504	76,72	19,99	28,99	46,89	541,66
	Обед						
70	Огурец соленый	60	7,80	0,48	0,12	1,92	10,8
101	Суп картофельный с пшеном	200	8,20	1,78	3,28	12,4	93,2
234/331	Котлеты из минтая с соусом томатным 60/40	100	29,82	9,48	8,28	9,24	225
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
344	Компот из яблок	200	10,20	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	770	76,72	19,56	16,52	95,81	693,63
	Всего:	1274		39,55	45,51	142,7	1235,29

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 7

Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

29 января 2025г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с сахаром маслом сливочным 200/10/10	220	30,42	5,72	8,98	40,43	265,32
15	Сыр российский порционно	20	18,65	4,64	5,9	0	71,66
389	Сок фруктовый	200	23,65	1	0	24,4	101,6
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано- пшеничный	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого:	500	76,72	15,62	15,48	89,61	560,14
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	5,30	1,01	0,73	6,3	35,81
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,20	2,16	2,56	15,12	91,87
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40	100	39,77	9,95	12,45	17,32	186,95
305	Рис припущенный	150	15,30	3,66	3,63	35,72	190
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано- пшеничный	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого обед	785	76,72	21,14	19,97	114,24	686,19
	Всего:	1285		36,76	35,45	203,85	1246,33

Утверждено:

Директор МБОУ СОШ № 7

Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

30 января 2025г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	31,67	6,1	11,3	33,5	260
3	Бутерброд с сыром и маслом сливочным 30/15/5	50	25,40	5,9	8,5	14,2	157
338	Яблоки свежие сезонные 1шт	100	15,50	0,4	0	12,6	52
377	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	575	76,72	12,5	19,8	75,3	529
	Обед						
70	Огурец соленый	60	7,80	0,48	0,12	1,92	10,8
112	Суп гороховый	200	10,20	4,12	4	14,49	110,23
290	Курица, тушеная в соусе 50/50	100	37,40	13,5	17,1	3,8	223
309	Макаронные изделия отварные	150	8,60	5,28	3,88	32,74	187,2
344	Компот из яблок	200	8,72	0,3	0	27,3	112,1
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано- пшеничный	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	770	76,72	27,94	25,7	105,03	764,89
	Всего:	1345		40,44	45,5	180,33	1293,89

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ №7

Калышкин А.А.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

31 января 2025г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	42,00	10,04	11,82	10,5	188,03
309	Макаронные изделия отварные	150	8,60	5,28	3,88	32,74	187,2
324	Свекла тушеная	60	5,40	1,01	0,73	6,3	35,81
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано- пшеничный	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
382	Какао с молоком	200	16,72	3,76	3,2	26,74	150,8
	Итого завтрак:	570	76,72	24,35	20,23	101,06	683,4
	Обед						
70	Помидор соленый	60	8,20	0,72	0,12	3,48	18
88	Щи из свежей капусты	200	9,12	1,45	3,39	6,82	66,08
279/331	Тефтели из говядины 60/40	100	34,10	8,2	9,92	10,35	159,85
302	Пшеничная каша рассыпчатая	150	14,20	7,72	3,96	43,28	239,59
349	Компот из сухофруктов	200	7,10	0,38	0	30,74	124,46
1091	Хлеб пшеничный	30	2,00	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано- пшеничный	30	2,00	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед	770	76,72	22,73	17,99	119,45	729,54
	Всего:	1340		47,08	38,22	220,51	1412,94