

Утверждено:

И.О. директора МБОУ СОШ № 22

Маркина Ю.С.



Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

01 июля 2024г

Индивидуальный предприниматель

Мурашин Д.Т.



№	пункта	Наименование блюда		белки	жиры	углево-ды	(ккал)	Энергетическая ценность	
		Масса	порций					Пищевые вещества (г)	ценность
181		Каша молочная из манной крупы 200/10	210	6,10	11,30	23,50	260,00		
3		Бутерброд с сыром и маслом сливочным 5/15/30	50	5,90	8,50	14,20	157,00		
376		Чай с сахаром 200/15	215	0,10	0,00	15,00	60,00		
338		Фрукта свежая 1/150	150	0,60	0,00	18,90	78,00		
		Мороженое «Пломбир» 1/80	80	2,70	5,00	20,40	93,70		
		Итого:	705,00	15,40	24,80	92,00	648,70		
		Обед							
71		Огурец свежий порционно	60	0,50	0,00	2,00	9,00		
102		Суп картофельный с горохом	200	6,06	4,28	19,08	131,00		
295/331		Котлеты из мякоти кур с соусом 80/20	100	21,80	15,52	17,76	257,60		
309		Макароны отварные	150	5,30	4,80	28,57	179,40		
1091		Хлеб пшеничный	30	2,66	1,00	14,00	79,80		
1091		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,10		
346		Компот из свежих фруктов	200	0,24	0,00	28,80	116,20		
		Итого обед:	770	38,39	25,96	122,18	832,1		
		Всего:	1475,00	53,79	50,76	214,18	1480,80		

Утверждено:

И.О. директора МБОУ СОШ
Маркина Ю.С.



Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ 02 июля 2024г



Мурашин Д.Т.

Индивидуальный предприниматель

№	Рецепт	Наименование блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	
			Масса порции	белки	жиры		углево ды
338		Завтрак					
		Фрукта свежая 1/150	150	0,80	0,00	25,20	104,00
		Подарка из мякоти кур 80/20	100	14,58	11,78	14,00	311,40
		Капуста тушеная	150	3,00	5,40	15,90	124,50
		Хлеб пшеничный	30	2,66	1,00	14,00	79,80
		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,10
		Чай с лимоном 200/15/7	222	0,20	0,00	16,00	65,00
		Итого:	682	23,07	18,54	97,07	743,8
		Обед					
		Зеленый горошек отварной	60	1,86	2,64	3,90	46,80
103		Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,12	2,22	19,38	106,00
259/331		Котлеты домашние с соусом 80/20	100	12,32	17,46	20,00	289,30
310		Картофель отварной со сливочным маслом 150/5	155	3,00	4,90	21,45	141,90
1091		Хлеб пшеничный	30	2,66	1,00	14,00	79,80
1091		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,10
349		Компот из сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60
		Итого обед:	775	23,87	28,58	112,52	811
		Всего:	1457	46,94	47,12	209,59	1554,8

Утверждено:

И.О. директора МБОУ СОШ № 22

Маркина Ю.С.



Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

03 июля 2024г

Индивидуальный предприниматель

Мурашин Д.Т.



№	рецепта	Наименование блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность		
			Масса	порций	белки	жиры		углево-ды	
		Завтрак							
		Йогурт молочный 1/125	125	0,5	2,5	15,7	311,4		
401		Оладьи со ступенным молоком 160/15	175	12,3	22,8	69,2	179,4		
388		Сок фруктовый	200	1	0	30,2	124,8		
		Итого завтрак:	500	13,8	25,3	115,1	615,6		
		Обед							
71		Помидор свежий порционно	60	0,72	0,12	2,76	15,6		
101		Суп картофельный с пшеном	200	1,76	2,26	16,46	93,2		
291		Плов из птицы 150/90	240	29,86	25,3	32,13	441,9		
346		Компот из апельсинов	200	0,08	0	27	108,6		
1091		Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8		
1091		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1		
		Итого обед:	760	36,91	29,04	104,32	798,2		
		Всего:	1260	50,71	54,34	219,42	1413,8		

Утверждено:

И.О. директора МБОУ СОШ № 22

Маркина Ю.С.



04 июля 2024г

Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

Мурзин Д.Т.



Индивидуальный предприниматель

№	рецепта	Наименование блюда		белки	жиры	углево-ды	(ккал)	Пищевые вещества (г)	
		порции	Масса					пленность	Энергетическая
222/337		Запеканка из творога с морковью с соусом яблочным 150/20	170	27	9,08	26,7	308,6		
338		Фрукта свежая 1/150	150	0,6	0	18,9	78		
1091		Кондитерское изделие	40	2	6,2	20,3	144		
1091		Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8		
1091		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1		
376		Чай с сахаром 200/15	215	0,2	0	15	60		
		Итого завтрак:	635	34,29	16,64	106,87	729,5		
		Обед							
324		Свежая тушеная	60	1	0,82	7,66	42,12		
82		Борщ с капустой свежей и картофелем	200	1,46	3,92	2,12	89,80		
1тк 12		Отбивная из филе кур 90	90	6,1	21,3	12,48	271,70		
304		Пшеничная каша	150	3,77	6,1	41,4	235,65		
1091		Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,80		
1091		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,10		
349		Компот из сухофруктов	200	0,08	0	21,82	87,60		
		Итого обед:	760	16,9	33,5	111,45	865,77		
		Всего:	1395	51,19	50,14	218,32	1595,27		

Утверждено:

И.О. директора МБОУ СОШ № 22

Маркина Ю.С.



Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

05 июля 2024г

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.



№	рецепта	Наименование блюда	порций	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
				белки	жиры	углево-ды	
338		Завтрак					
338		Молоко 1/150	150	0,1	0	37,2	90
294		Котлета рулетная из курицы 80/20	100	12,96	19,36	12,48	276,8
312		Картофель отварной со сливочным маслом 150/5	155	3,12	5,1	18,75	132,6
1091		Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8
1091		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1
378		Чай с молоком 150/50/15	215	1,4	1,6	17,7	91
		Итого завтрак:	680	22,07	27,42	112,1	729,3
		Обед					
71		Огулец свежий порционно	60	0,5	0	2	9
99		Суп из овощей	200	1,4	3,92	11,4	86,6
279/330		Тфтели из говядины 80/50	130	22,3	20,25	18,3	304,5
302		Каша распечатая гречневая	150	7,2	6,29	40,7	249,6
1091		Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8
1091		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1
349		Компот из сухофруктов	200	0,08	0	21,82	87,6
		Итого обед:	800	35,97	31,82	120,19	876,2
		Всего:	1480	58,04	59,24	232,29	1605,5