

Утверждено:

Индивидуальный предприниматель

И.О. директора МБОУ СОШ № 22

Маркина Ю.С.

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

03 июня 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			белки	жиры	углево- ды	ценность (ккал)
	Завтрак					
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
205/331	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:

Индивидуальный предприниматель

И.О. директора МБОУ СОШ № 22

Маркина Ю.С.

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

04 июня 2024г

№ рецепт а	Наименование блюда	Масса порци й	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я
			белки	жиры	углево ды	ценность (ккал)
	Завтрак					
338	Фрукта свежая 1/150	150	0,80	0,00	25,20	104,00
ТТКЗ	Поджарка из мякоти кур 80/20	100	14,58	11,78	14,00	311,40
139	Капуста тушеная	150	3,00	5,40	15,90	124,50
1091	Хлеб пшеничный	30	2,66	1,00	14,00	79,80
1091	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,10
377	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					
131	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
269/331	Котлеты домашние с соусом 80/20	100	12,32	17,46	20,00	289,80
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

№	рецепта	Наименование блюда	порций	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
				белки	жиры	углево-ды	
				Завтрак			
401		Оладьи со сгущенным молоком 160/15	175	12,3	22,8	69,2	179,4
388		Сок фруктовый	200	1	0	30,2	124,8
				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
				1260	50,71	54,34	219,42
				Всего:			
				1260	50,71	54,34	1413,8

05 июня 2024г

Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ



Мурзин Д.Т.

Индивидуальный предприниматель



Маркина Ю.С.

И.О. директора МБОУ СОШ № 22

Утверждено:

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

06 июня 2024г

Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

Ирина Д.Т.

Индивидуальный предприниматель



Маркина Ю.С.

И.О. директора МБОУ СОШ № 22

Утверждено:



07 июня 2024г

Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

И.О. директора МБОУ СОШ № 22

Маркина Ю.С.



Утверждено:

Индивидуальный предприниматель

Мурашин Д.Т.



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