

Утверждено:

И.О. Директора МБОУ СОШ № 22

Маркина Ю.С.



17 июня 2024г

Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.



№	Почта	Наименование блюда		порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
		Масса	белки		жиры	углево-ды	(ккал)	
173		Каша вязкая с пеном с маслом сливочным 200/10	210	18,6	12,4	46	330	
3		Бутерброд с сыром и сливочным маслом 30/15/5	50	5,9	8,5	14,2	157	
338		Фрукта свежая 1/150	150	0,6	0	18,9	78	
		Конфета вафельная 1/40	40	4,1	2,05	38,25	144	
377		Чай с сахаром 200/15	215	0,1	0	15	60	
		Итого завтрак:	665	29,3	22,95	132,35	769	
		Обед						
71		Огурец свежий порционно	60	0,5	0	2	9	
88		Пи из свежей капусты	200	1,28	3,94	9,2	77,4	
304		Рис отварной	150	3,76	9,1	41,4	235,65	
207/331		Фрикадельки из кур с соусом 80/20	100	22,96	22,5	8,64	289,2	
344		Компот из яблок и айвы	200	0,24	2	29	115,4	
1091		Хлеб пшеничный	30	1,7	0,46	9,7	46	
1091		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,83	0,36	11,97	59,1	
		Итого обед:	770	32,27	38,36	111,91	831,75	
		Всего:	1435	61,57	61,31	244,26	1600,75	

Утверждено:

И.О. директора МБОУ СОШ № 22

Маркина Ю.С.



18 июня 2024г

Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ



Мурзин Д.Т.

Индивидуальный предприниматель

№	п/п	Наименование блюда	Завтрак				Энергетическая ценность
			белки	жиры	углево-ды	(ккал)	
п/п	п/п	Наименование блюда	Завтрак				Энергетическая ценность
			белки	жиры	углево-ды	(ккал)	
Масса	порции	Пищевые вещества (г)					
		Котлета рубленая куриная с соусом 80/20	12,96	19,36	12,48	276,8	
		Капуста тушеная	150	3	15,9	124,5	
		Хлеб пшеничный	30	2,66	1	79,8	
		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	59,1	
		Чай с лимоном 200/15/7	222	0,2	0	65	
		Фрукта свежая 1/150	150	0,8	0	104	
		Итого завтрак:	682	21,45	26,12	709,2	
		Обед					
		Кукруза консервированная	60	1,32	1,92	44,04	
		Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,12	2,22	106	
		Минтай, припущенный с овощами 80/50	130	19,08	14,36	251,2	
		Картофель отварной со сливочным маслом 150/5	155	3,76	6,1	235,65	
		Хлеб пшеничный	30	2,66	1	79,8	
		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	59,1	
		Компот из сухофруктов	200	0,08	0	87,6	
		Итого обед:	805	30,85	25,96	863,39	
		Всего:	1487	52,3	52,08	1572,59	

Утверждено:

И.О. директора МБОУ СОШ № 22

Маркина Ю.С.



Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

19 июня 2024г



Мурашин Д.Т.

Индивидуальный предприниматель

№	Репорта	Наименование блюда		порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
		белки	жиры		углево-ды	(ккал)		
401		Оладьи со ступеным молоком 160/15	175	12,3	12,8	68,2	424	
		Йогурт молочный 1/125	125	0,5	2,5	15,7	80	
388		Сок фруктовый	200	0,2	0	20,2	82	
		Итого завтрак:	500	13	15,3	104,1	586	
Обед								
71		Огурец свежий порционно	60	0,5	0	2	9	
101		Суп картофельный с пшеном	200	1,76	2,26	16,46	93,2	
291		Плов из птицы 150/90	240	31,9	35,35	35,85	459	
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	38,73	38,97	107,28	808,7	
		Всего:	1260	51,73	54,27	211,38	1394,7	

Утверждено:

И.О. директора МБОУ СОШ № 22

Маркина Ю.С.



Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

20 июня 2024г

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.



№	пункта	Наименование блюда	Пищевые вещества (г)		белки	жиры	углево-ды	(ккал)
			Масса	порций				
		Завтрак						
181		Каша молочная из манной крупы с маслом сливочным 200/10	210	6,1	11,3	33,5	260	
8		Бутерброд горячий с курицей отварной 30/30	60	7,2	9,7	15,6	179	
338		Фрукта свежая 1/150	150	0,8	0	25,2	104	
376		Чай с лимоном 200/15/7	222	0,2	0	15	60	
		Итого завтрак:	642	14,3	21	89,3	603	
		Обед						
352		Кабачки тушеные	60	0,6	2,9	4,3	45,3	
82		Борщ с капустой свежей и картофелем	200	1,46	3,92	2,12	89,9	
279		Тфтели из говядины 80/50	130	23,3	15,2	19,5	215	
302		Гречка отварная	150	7,5	6,3	40,5	249,6	
344		Компот из яблок и айвы	200	0,24	0	29	117	
1091		Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8	
1091		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1	
		Итого обед	800	37,59	29,68	121,39	855,7	
		Всего:	1442	51,89	50,68	210,69	1458,7	

Утверждено:

И.О. директора МБОУ СОШ № 22

Маркина Ю.С.



21 июня 2024г

Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ



Мурашин Д.Т.

Индивидуальный предприниматель

№	рецепта	Наименование блюда		белки	жиры	углево-ды	(ккал)
		порций	Масса				
		Пищевые вещества (г)					
		ценность					
		Энергетическая					
222/337		Запеканка из творога с морковью с соусом яблочным 150/20	170	22,6	9	29,3	309
382		Какао с молоком	200	3,8	3,2	26,7	150,8
338		Фрукта свежая 1/150	150	0,1	0	27,2	90
1091		Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8
1091		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1
Итого:			580	30,99	13,56	109,17	688,7
Обед							
324		Свекла тушеная	60	1	0,82	7,66	42,12
99		Суп гороховый	200	1,4	3,92	11,4	86,6
к 12		Отбивная из филе кур 90	90	11,1	29,3	12,48	271,7
304		Рис отварной	150	3,12	5,1	18,57	132,6
349		Компот из сухофруктов	200	0,08	0	21,82	87,6
1091		Хлеб пшеничный	30	1,7	0,46	9,7	46
1091		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1
Итого обед			760	20,23	39,96	93,6	725,72
Всего:			1340	51,22	53,52	202,77	1414,42

Утверждено:

И.О. директора МБОУ СОШ № 22

Маркина Ю.С.



Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

24 июня 2024г

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.



№	рецепта	Наименование блюда		порций	белки	жиры	углево-ды	(ккал)	Энергетическая ценность
		Масса	Пищевые вещества (г)						
221		Омлет натуральныи 159	159	13,6	4,2	36	296		
		Печенье в инд.упаковке 1/60	60	7,5	13,2	30,9	179		
1091		Хлеб пшеничный	30	1,7	0,46	9,7	46		
1091		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1		
376		Чай с лимоном 200/15/7	222	0,2	0	16	65		
		Итого завтрак:	501	24,83	18,22	104,57	645,1		
		Обед							
71		Помидор свежий порционно	60	0,72	0,12	2,76	15,6		
96		Рассолыник ленинградский	200	1,68	4,08	16,4	109		
224/331		Котлета рыбная с соусом 80/20	100	16,84	20	9,28	219,2		
310		Картофель отварной со сливочным маслом 150/5	155	3,77	11,1	41,4	235,65		
346		Компот из апельсинов	200	0,08	0	27	108,6		
1091		Хлеб пшеничный	30	1,7	0,46	9,7	46		
1091		Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1		
		Итого обед:	775	26,62	36,12	118,51	793,15		
		Всего:	1276	51,45	54,34	223,08	1438,25		