

Дополнительное питание

МЕНЮ

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



Категория 5-11 классы  
(дети мобилизованных)

№ рецептур	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Мг, мг	Fe, мг
				Б	Ж	У							
<b>День 1 (17 сентября 2024г.)</b>													
№492	Плов из курицы		110/40	17,10	21,40	28,40	314,00	0,05	0,08	0,55	18,39	33,9	1,54
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>													
		35,00	30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33
<b>День 2 (18 сентября 2024г.)</b>													
№436	Жаркое по домашнему из курицы		110/40	19,30	19,90	18,90	334,00	0,16	0,18	8,77	23,88	48,35	3,59
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>													
		35,00	30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33
<b>День 3 (19 сентября 2024г.)</b>													
№340	Омлет натуральный с маслом		100/5	9,75	15,08	1,75	182,00	0,04	0,3	0,14	66,68	11,2	1,67
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03
Дели принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>													
		35,00	30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0,3	0,14	72,94	16,4	2,03
<b>День 4 (20 сентября 2024г.)</b>													
№461	Тефтели из говядины в томатном соусе		50/30	6,75	10,40	8,40	155,00	0,04	0,08	0,7	21,59	15,3	0,69
№332	Макаронные изделия отварные		100/5	3,60	2,60	21,80	128,00	0,03	0,01	0	6,28	5,03	0,51
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>													
		35,00	30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,08	0	0	9,9	17,1	1,35
<b>День 5 (21 сентября 2024г.)</b>													
№311	Каша манная молочная со сливочным маслом		200/5	7,50	10,00	37,20	269,00	0,09	0,2	0,67	158,89	23,66	0,52
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03
Дели принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>													
		35,00	30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33
<b>День 6 (23 сентября 2024г.)</b>													
№492	Плов из курицы		110/40	17,10	21,40	28,40	314,00	0,05	0,08	0,55	18,39	33,9	1,54
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>													
		35,00	30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35
<b>День 7 (24 сентября 2024г.)</b>													
№451	Котлеты из мяса говядины с том. соусом		50/30	10,10	9,06	8,69	158,00	0,04	0,08	0,18	21,66	17,85	0,9
№332	Макаронные изделия отварные		100/5	3,60	2,60	21,80	128,00	0,03	0,01	0	6,28	5,03	0,51
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03
Дели принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>													
		35,00	30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0,01	0	12,54	9,23	0,87
<b>День 8 (25 сентября 2024г.)</b>													
№436	Жаркое по домашнему из курицы		110/40	19,30	19,90	18,90	334,00	0,16	0,18	8,77	23,88	48,35	3,59
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>													
		35,00	30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35
<b>День 9 (26 сентября 2024г.)</b>													
№366	Залезанка из творога со сгущен. молоком		100/10	17,80	12,87	22,50	272,00	0,05	0,27	0,36	177,8	24,48	0,53
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03
Дели принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>													
		35,00	30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0,27	0,36	184,06	28,68	0,89
<b>День 10 (27 сентября 2024г.)</b>													
№461	Тефтели из говядины в томатном соусе		50/30	6,75	10,40	8,40	155,00	0,04	0,06	0,7	21,59	15,3	0,69
№332	Макаронные изделия отварные		100/5	3,60	2,60	21,80	128,00	0,03	0,01	0	6,28	5,03	0,51
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>													
		35,00	30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0,07	0,7	38,03	37,43	2,58
<b>День 11 (28 сентября 2024г.)</b>													
№311	Каше пшеничная молочная жидкая со сливочным маслом		200/5	7,20	8,90	34,10	246,00	0,18	0,16	0,51	126	44	1,14
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>													
		35,00	30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0,16	0,51	136,18	61,1	2,62
<b>День 12 (30 сентября 2024г.)</b>													
№451	Котлеты из мяса говядины с том. соусом		50/30	10,10	9,06	8,69	158,00	0,04	0,08	0,18	21,66	17,85	0,9
№297	Каша гречневая рассыпчатая		100/5	10,40	6,80	45,40	160,00	0,31	0,16	0	16,88	159,54	5,47
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>													
		35,00	30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0,16	0	27,04	176,64	6,85

Зав. Производством :

Калькулятор:



«Утверждено»  
ООО «Благо-В»  
Директор  
Е. П. Флегонтов

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

МЕНЮ



«Согласовано»  
МБОУ «СОШ» № 6  
Директор  
Л.А. Габитова

1 день ( 17 сентября 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
769	Булочка домашняя	80	5,84	9,36	44,3	286	0,06	0,03	0	12,4	7,78	0,66
685	Чай сладкий	200	9,20	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03
2 день ( 18 сентября 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
746	Пирожок с повидлом	75	4,9	2,5	46	225	0,05	0,03	0,06	14,4	8,18	0,88
685	Чай сладкий	200	9,20	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03
3 день ( 19 сентября 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
773	Булочка "Веснушка"	80	6,24	5,76	45,6	261	0,06	0,03	0	13,7	8,3	0,69
685	Чай сладкий	200	9,20	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03
4 день ( 20 сентября 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
269	Плюшка новомосковская	100	7,8	5,8	51	291	0,09	0,04	0,04	23,7	11,1	0,84
685	Чай сладкий	200	9,20	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03
5 день ( 21 сентября 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
85	Булочка сдобная	80	6,24	6,72	41,8	254	0,06	0,06	0,04	21,6	8,46	0,73
685	Чай сладкий	200	9,20	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03
6 день ( 23 сентября 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
769	Булочка "Завитушка"	80	5,84	9,36	44,3	286	0,06	0,03	0	12,4	7,78	0,66
685	Чай сладкий	200	9,20	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03
7 день ( 24 сентября 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
746	Пирожок с повидлом	75	4,9	2,5	46	225	0,05	0,03	0,06	14,4	8,18	0,88
685	Чай сладкий	200	9,20	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03
8 день ( 25 сентября 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
773	Булочка "Веснушка"	80	6,24	5,76	45,6	261	0,06	0,03	0	13,7	8,3	0,69
685	Чай сладкий	200	9,20	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03
9 день ( 26 сентября 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
269	Плюшка новомосковская	100	7,8	5,8	51	291	0,09	0,04	0,04	23,7	11,1	0,84
685	Чай сладкий	200	9,20	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03
10 день ( 27 сентября 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
769	Булочка домашняя	80	5,84	9,36	44,3	286	0,06	0,03	0	12,4	7,78	0,66
685	Чай сладкий	200	9,20	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03
11 день ( 28 сентября 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
769	Булочка "Завитушка"	80	5,84	9,36	44,3	286	0,06	0,03	0	12,4	7,78	0,66
685	Чай сладкий	200	9,20	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03
12 день ( 30 сентября 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
769	Булочка домашняя	80	5,84	9,36	44,3	286	0,06	0,03	0	12,4	7,78	0,66
685	Чай сладкий	200	9,20	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

Зав. Производством :

Калькулятор:



МЕНЮ  
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



Категория: 5-11 классы

№ рецептур	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Мg, мг	Fe, мг	А, мг	В, мг	Р, мг
				Б	Ж	У										
День 1 (17 сентября 2024г.)																
№413	Сосиски (калель) отварные с том. соусом	50/50	4,70	9,90	0,40	110,00	0,01	0,04	0	10,76	6,26	0,75	0	0	0	
№332	Макаронные изделия отварные	180/5	6,50	4,70	39,40	230,00	0,07	0,02	0	11,31	9,07	0,92	0	0	0	
№685	Чай с сахаром	200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0	
ГТК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00	13,38	14,93	61,20	437,00	0,14	0,06	0,00	32,23	32,43	3,06	0,00	0,69	58,20	
День 2 (18 сентября 2024г.)																
№451	Тертелги из говядины в томатном соусе	10/90	6,75	10,40	8,40	156,00	0,04	0,06	0,7	21,59	15,3	0,69				
№297	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	4,30	4,70	44,10	240,00	0,04	0,03	0	5,48	29,94	0,62	0	0	0	
№685	Чай с сахаром	200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0	
Дели пронт	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00	13,40	16,97	76,60	506,00	0,11	0,09	0,70	33,33	49,44	1,67	0,00	0,33	19,50	
День 3 (19 сентября 2024г.)																
№435	Жаркое по-древлянски из курятины	150/50	19,30	19,90	19,90	334,00	0,16	0,18	8,77	23,88	46,35	3,59	28	2,17	197,8	
№685	Чай с сахаром	200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0	
ГТК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00	21,38	20,23	40,30	431,00	0,22	0,18	8,77	34,04	65,45	4,97	28	2,86	256	
День 4 (20 сентября 2024г.)																
№311	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/5	7,70	10,00	41,00	291,00	0,14	0,19	0,88	198,06	45,44	0,89	0	0	0	
№685	Чай с сахаром	200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0	
Дели пронт	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00	10,08	11,47	65,10	401,00	0,17	0,19	0,88	198,34	49,64	1,22	0	0,33	19,5	
День 5 (21 сентября 2024г.)																
№443	Гарни с овощами с мясом	180/90	14,25	17,94	23,67	314,00	0,042	0,458	0,07		15,324		28,27	1,29		
№685	Чай с сахаром	200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0	
ГТК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00	16,33	18,17	45,07	411,00	0,102	0,458	0,07	10,16	32,424	1,38	28,27	1,97	68,2	
День 6 (22 сентября 2024г.)																
№302	Каша манная молочная с маслом	200/5	6,90	8,00	35,80	243,00	0,13	0,17	0,49	143,8	30,99	0,87				
№685	Чай с сахаром	200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0	
Дели пронт	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00	9,25	8,87	59,90	353,00	0,16	0,17	0,49	150,06	37,19	1,23	0	0,33	19,5	
День 7 (24 сентября 2024г.)																
№413	Сосиски (калель) отварные с том. соусом	50/50	4,70	9,90	0,40	110,00	0,01	0,04	0	10,76	6,26	0,75	0	0	0	
№297	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10,40	6,90	45,40	298,00	0,31	0,16	0	16,88	199,54	5,47				
№685	Чай с сахаром	200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0	
ГТК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00	17,18	17,03	67,20	495,00	0,38	0,20	0,00	37,80	182,90	7,60	0,00	0,69	68,20	
День 8 (26 сентября 2024г.)																
№374	Гарниш, тушеный в томате с овощами	50/90	16,47	7,30	3,13	144,00	0,14	0,11	1,69	20,12	27,8	0,85				
№297	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	4,30	4,70	44,10	240,00	0,04	0,03	0	5,48	29,94	0,62	0	0	0	
№685	Чай с сахаром	200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0	
Дели пронт	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00	6,65	6,67	68,20	350,00	0,07	0,03	0	11,74	34,14	0,98	0	0,33	19,5	
День 9 (26 сентября 2024г.)																
№431	Коллеты из мяса говядины с том. соусом	50/50	10,30	9,15	9,75	160,00	0,04	0,06	0,19	21,68	17,89	0,74				
№332	Макаронные изделия отварные	180/5	6,60	4,70	39,40	230,00	0,07	0,02	0	11,31	9,07	0,92	0	0	0	
№685	Чай с сахаром	200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0	
ГТК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00	18,98	14,18	69,55	487,00	0,17	0,10	0,19	43,15	44,06	3,04	0,00	0,69	58,20	
День 10 (27 сентября 2024г.)																
№311	Каша манная молочная жидкая с маслом	200/5	7,50	10,00	37,20	268,00	0,09	0,2	0,87	158,89	23,68	0,52				
№685	Чай с сахаром	200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0	
Дели пронт	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00	9,85	10,87	61,30	378,00	0,12	0,2	0,87	165,15	27,96	0,88	0	0,33	19,5	
День 11 (28 сентября 2024г.)																
№432	Лисья из курятины	150/50	16,40	23,40	32,20	415,00	0,06	0,09	0,61	20,2	37,7	1,68				
№685	Чай с сахаром	200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0	
ГТК	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00	20,48	23,73	53,60	512,00	0,12	0,09	0,61	30,36	54,8	3,06	0	0,69	58,2	
День 12 (30 сентября 2024г.)																
№311	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	200/5	7,20	8,90	34,10	246,00	0,18	0,16	0,51	126	44	1,14				
№685	Чай с сахаром	200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0	
Дели пронт	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00	9,55	9,77	58,20	356,00	0,21	0,16	0,51	132,26	48,2	1,5	0	0,33	19,5	

Зав. Производствам:

Калькулятор:



ГОРНИЙ ЗАВТРАК

МЕНЮ ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



Категория: Школьники 14 летних

Table with columns: No рецептуры, Наименование блюда, Цена блюда, Выход блюда, Пищевые вещества (B, Ж, У), Энергетическая ценность (ккал), and various nutrient values (B1, C, A, E, Ca, P, Mg, Fe).

Зав. Производством:

Handwritten signature of the production manager.

Калькулятор:

Handwritten signature of the calculator.