

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

Категория: Школьники 1-4 классы

№ рецептуры	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда, гр	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	С, мг.	А, мг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
				Б	Ж	У									
День 1 (2 мая 2024г.)															
сб.шк.2004таб.2	Сыр порциями		30	8,04	7,56	0,00	100,00	0,01	0,21	86,4	0,15	264	150	10,5	0,3
ТК	Печенье сахарное		60	4,50	7,20	44,60	259,00	0,05	0	6,6	2,1	17,4	54	12	1,26
№302,сб.шк.200	Каша ячневая молочная с маслом		150/10	5,22	6,00	26,82	183,00	0,01	0,37			107,8		24,7	0,65
№686,сб.шк.200	Чай с лимоном и сахаром		200	0,10	0,00	9,30	37,00	0	1,12			2,73		0,73	0,06
Дели принт№10	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		63,42		22,09	21,96	108,02	716,00	0,16	1,7	93	3,27	407,9	282	69,23	3,95
День 2 (3 мая 2024г.)															
№462,сб.шк.200	Ежики из говядины с рисом в соусе том.		80/30	9,20	13,00	10,70	197,00	0,03	0,47			11,82	107	17,72	0,76
№332,сб.2004г.	Макаронные изделия отварные		150/5	5,50	3,92	32,83	192,00	0,06	0			9,43	57	7,56	0,78
№705,сб.шк.200	Напиток из плодов шиповника		200	0,60	0,20	27,00	111,00	0,01	80			11,09		2,96	0,57
Дели принт№10	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		63,42		19,53	18,32	97,83	637,00	0,19	80,47	0	1,02	48,24	242	49,54	3,79
День 3 (4 мая 2024г.)															
№11033 Дели20	Пельмени мясные отварные с бульоном		180/70	27,90	14,40	53,50	441,00	0,18	0,9	36	2,52	41,6	286	35,1	3,96
№638,сб.шк.200	Компот из кураги		200	1,30	0,10	32,40	130,00	0,02	0,4	0,29		39,4	0,92	24,94	0,84
Дели принт№10	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		63,42		33,43	15,70	113,20	708,00	0,29	1,3	36,29	3,54	96,9	365	81,34	6,48
День 4 (6 мая 2024г.)															
№769,сб.шк.200	Булочка домашняя		80	5,84	9,36	44,32	286,00	0,06	0	0,02	39,35	12,41		7,78	0,66
№311,сб.шк.200	Каша молочная "Дружба" с маслом		150/10	4,62	6,36	24,60	175,00	0,08	0,4			93,65		27,26	0,59
№686,сб.шк.200	Чай с лимоном и сахаром		200	0,10	0,00	9,30	37,00	0	1,12			2,73		0,73	0,06
Дели принт№10	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		63,42		14,79	16,92	105,52	635,00	0,23	1,52	0,02	40,37	124,7	77,7	57,07	2,99
День 5 (7 мая 2024г.)															
№413,сб.шк.200	Сосиски (халяль) отварные с маслом сливочным		100/8	10,00	21,70	0,80	238,00	0,02	0	0,08	1	22,97	139	13,31	1,61
№107,сб.2001г.	Пюре гороховое		150/5	14,70	4,80	34,70	243,00	0,5	0			82,5		74,7	4,86
№639(3),сб.шк.2	Компот из смеси сухофруктов		200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,21	0,29	14,62	8,5	0,92	8,5	0,92
Дели принт№10	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		63,42		29,43	27,80	94,00	739,00	0,68	0,21	0,37	16,64	129,9	218	117,8	9,07
День 6 (8 мая 2024 г.)															
№374,сб.шк.200	Горбуша, тушенная в томате с овощами		80/40	18,56	9,28	3,76	173,00	0,17	2,02			24,15	120	33,33	0,78
№297,сб.шк.200	Каша рисовая рассычатая		150/5	3,58	3,92	36,80	200,00	0,03	0			4,56		24,9	0,52
№123,орг.пит.щ	Компот из компотной смеси(быст.замор.)		200	0,21	0,04	18,01	73,00	0,07	16,8	0,21	0,014	14,62	1,54	8,5	0,92
Дели принт№10	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		63,42		26,58	14,44	85,87	583,00	0,36	18,82	0,21	1,034	59,23	199	88,03	3,9
День 7 (10 мая 2024 г.)															
ТТК№19555	Яйцо вареное		50	6,30	5,30	0,50	78,00	0,033		75		25	86	5	0,6
сб.шк.2004таб.2	Сыр порциями		30	8,04	7,56	0,00	100,00	0,01	0,21	86,4	0,15	264	150	10,5	0,3
№311,сб.шк.200	Каша пшеничная молочная с маслом		150/10	5,46	6,08	26,60	178,00	0,1	0,38	0,47		98,25	171	26,62	1,34
№705,сб.шк.200	Напиток из плодов шиповника		200	0,60	0,20	27,00	111,00	0,01	80			11,09		2,96	0,57
Дели принт№10	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		63,42		24,63	20,34	81,40	604,00	0,243	80,59	161,9	1,17	414,2	484	66,38	4,49
День 8 (11 мая 2024 г.)															
№492,сб.шк.200	Плов из курицы		250	23,00	29,20	40,20	519,00	0,05	0,76			25,19		47,13	2,1
№638,сб.шк.200	Компот из кураги		200	1,30	0,10	32,40	130,00	0,02	0,4	0,29		39,4	0,92	24,94	0,84
Дели принт№10	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		63,42		28,53	30,50	99,90	786,00	0,16	1,16	0,29	1,02	80,49	78,6	93,37	4,62
День 9 (13 мая 2024 г.)															
№741сб.шк2004	Ватрушка с творогом		80	9,82	4,80	30,97	209,00	0,06	0,06	0,08		52,45		12,26	0,69
№311сб.шк.200	Каша манная молочная жидкая с маслом		150/10	5,40	7,20	26,80	194,00	0,06	0,48	0,14	0,518	114,4	171	17,03	0,38
№686,сб.шк.200	Чай с лимоном и сахаром		200	0,10	0,00	9,30	37,00	0	1,12			2,73		0,73	0,06
Дели принт№10	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		63,42		19,55	13,20	94,37	577,00	0,21	1,66	0,22	1,538	185,5	248	51,32	2,81
День 10 (14 мая 2024 г.)															
№413,сб.шк.200	Сосиски (халяль) отварные с маслом сливочным		100/8	10,00	21,70	0,80	238,00	0,02	0	0,08	1	22,97	139	13,31	1,61
№297,сб.шк.200	Каша гречневая рассычатая		150/5	8,70	5,70	37,80	240,00	0,26			0,52	14,1		132,9	4,6
№639(3),сб.шк.2	Компот из смеси сухофруктов		200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,21	0,29	14,62	8,5	0,92	8,5	0,92
Дели принт№10	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		63,42		23,43	28,70	97,10	736,00	0,44	0,21	0,37	17,16	61,47	218	176	8,81
День 11 (15 мая 2024 г.)															
№451,сб.шк.200	Котлеты из мяса говядины с том.соусом		80/30	16,20	14,50	13,90	252,00	0,07	0,29			34,65		28,56	1,48
№332,сб.2004г.	Макаронные изделия отварные		150/5	5,50	3,92	32,83	192,00	0,06	0			9,43	57	7,56	0,78
№123,орг.пит.щ	Компот из компотной смеси(быст.замор.)		200	0,21	0,04	18,01	73,00	0,07	16,8	0,21	0,014	14,62	1,54	8,5	0,92
Дели принт№10	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		63,42		26,14	19,66	92,04	654,00	0,29	17,09	0,21	1,034	74,6	136	65,92	4,86

Зав. Производством :

Калькулятор:

МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

«Утверждаю»
ООО «Благо-В»
Директор
Е.П.Флегонтова

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

Категория 5-11 классы

№ рецептуры	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.	А, мг.	Е, мг.	Р, мг.
				Б	Ж	У										
День 1 (2 мая 2024г.)																
№302	Каша ячневая молочная с маслом		200/5	6,90	8,00	35,80	243,00	0,13	0,17	0,49	143,8	32,99	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 принт	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:			33,25	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 2 (3 мая 2024г.)																
№462	Ёжики из говяд с рисом в соусе томатном		50/50	5,70	8,10	6,70	123,00	0,02	0,04	0,3	7,39	11,08	0,48	0	0	0
№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			
№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
ТТК	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:			33,25	14,38	13,13	67,50	450,00	0,15	0,06	0,30	28,86	37,25	2,78	0,00	0,69	58,20
День 3 (4 мая 2024г.)																
№1033 Дел	Пельмени мясные отварные с бульоном		150/100	27,90	14,40	53,50	441,00	0,18	0,18	0,9	41,6	35,1	3,96	36	2,52	286
№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 принт	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:			33,25	30,25	15,27	77,60	551,00	0,21	0,18	0,9	47,86	39,3	4,32	36	2,85	305,5
День 4 (6 мая 2024г.)																
№311	Каша молочная "Дружба" с маслом		200/5	7,70	10,60	41,00	291,00	0,14	0,19	0,66	156,08	45,44	0,99	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 принт	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:			33,25	10,05	11,47	65,10	401,00	0,17	0,19	0,66	162,34	49,64	1,35	0	0,33	19,5
День 5 (7 мая 2024г.)																
№413	Сосиски (халяль) 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
№107	Пюре гороховое		180/5	17,70	5,80	41,60	292,00	0,061	0,12	0	98,97	89,65	5,83			
№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
ТТК	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:			33,25	24,48	16,03	63,40	499,00	0,13	0,16	0,00	119,89	113,01	7,96	0,00	0,69	58,20
День 6 (8 мая 2024г.)																
№374	Горбуша, тушенная в томате с овощами		50/50	15,47	7,30	3,13	144,00	0,14	0,11	1,69	20,12	27,8	0,65			
№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
ТТК	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:			33,25	21,85	12,33	68,63	481,00	0,24	0,14	1,69	35,76	74,84	2,65	0,00	0,69	58,20
День 7 (10 мая 2024г.)																
№311	Каша пшеничная молочная с маслом		200/5	7,20	8,10	35,40	237,00	0,13	0,18	0,51	131	35,5	1,8	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 принт	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:			33,25	9,55	8,97	59,50	347,00	0,16	0,18	0,51	137,26	39,7	2,16	0	0,33	19,5
День 8 (11 мая 2024г.)																
№492	Плов из курицы		150/50	18,40	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
ТТК	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:			33,25	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 9 (13 мая 2024г.)																
№311	Каша манная молочная жидкая с 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	0	0	0
Дели принт	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:			33,25	9,85	10,87	61,30	379,00	0,12	0,2	0,67	165,15	27,86	0,88	0	0,33	19,5
День 10 (14 мая 2024г.)																
№413	Сосиски (халяль) 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	6,80	45,40	288,00	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	0	0	0
ТТК	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:			33,25	17,18	17,03	67,20	495,00	0,38	0,20	0,00	37,80	182,90	7,60	0,00	0,69	58,20
День 11 (15 мая 2024 г.)																
№451	Котлеты из мяса говядины с том. соусом		50/50	10,30	9,15	8,75	160,00	0,04	0,08	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			
№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 принт	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:			33,25	19,25	14,72	72,25	500,00	0,14	0,10	0,19	39,25	31,16	2,02	0,00	0,33	19,50

Зав. Производством :
Калькулятор :



«Утверждаю»
ООО «Благо-В»
Директор
Е. П. Флегонтова

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

МЕНЮ



"Согласовано"
МБОУ "ООШ" № 6
Директор
Л.А.Габитова

1 день (2 мая 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	8,74	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

2 день (3 мая 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
769	Булочка "Завитушка"	75	5,48	8,78	41,6	269	0,06	0,03	0	11,6	7,29	0,62
685	Чай сладкий	200	8,74	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

3 день (4 мая 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
87	Плюшка новомосковская	80	6,24	4,64	40,8	233	0,07	0,03	0,03	19	8,88	0,67
685	Чай сладкий	200	8,74	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

4 день (6 мая 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	8,74	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

5 день (7 мая 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	8,74	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

6 день (8 мая 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
769	Булочка "Завитушка"	75	5,48	8,78	41,6	269	0,06	0,03	0	11,6	7,29	0,62
685	Чай сладкий	200	8,74	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

7 день (10 мая 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	8,74	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

8 день (11 мая 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	8,74	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

9 день (13 мая 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	8,74	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

10 день (14 мая 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
769	Булочка "Завитушка"	75	5,48	8,78	41,6	269	0,06	0,03	0	11,6	7,29	0,62
685	Чай сладкий	200	8,74	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

11 день (15 мая 2024 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
269	Плюшка новомосковская	80	6,24	4,64	40,8	233	0,07	0,03	0,03	19	8,88	0,67
685	Чай сладкий	200	8,74	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

Зав. Производством :

Калькулятор:

«Утверждаю»

ООО «Благо-В»

Директор

Е. П. Флегонтова

«Согласовано»

МБОУ "ООШ" № 6

Директор

Л.А.Габитова

2 мая 2024 г.**Обед**

К/к

1	Суп гороховый с картофелем б/м.	250		199	
2	Плов из курицы	110/40		314	
3	Чай сладкий.	200		35	
4	Хлеб пшеничный	30		75	
5	Хлеб ржаной	30	50,00	60	683

3 мая 2024 г.**Обед**

К/к

1	Щи из св капусты с картофелем б/м	250		91	
2	Жаркое по-домашнему из курицы	110/40		334	
3	Чай сладкий.	200		35	
4	Хлеб пшеничный	30		75	
5	Хлеб ржаной	30	50,00	60	595

6 мая 2024 г.**Обед**

К/к

1	Суп вермишелевый с картофелем б/м	250		111	
2	Котлеты гов. с том.соусом	50/30		158	
3	Макаронные изделия отварные	100/5		128	
4	Чай сладкий.	200		35	
5	Хлеб пшеничный	30		75	
6	Хлеб ржаной	30	50,00	60	567

7 мая 2024 г.**Обед**

К/к

1	Суп рисовый с картофелем б/м	250		112	
2	Омлет натуральный	100/5		218	
3	Чай сладкий.	200		35	
4	Хлеб пшеничный	30		75	
5	Хлеб ржаной	30	50,00	60	500

8 мая 2024 г.**Обед**

К/к

1	Суп пшеничный с картофелем б/м	250		112	
2	Тефтели из говядины в соусе том.	50/30		155	
3	Гарнир гречневый	100/5		160	
4	Чай сладкий.	200		35	
5	Хлеб пшеничный	30		75	
6	Хлеб ржаной	30	50,00	60	597

10 мая 2024 г.**Обед**

К/к

1	Суп гречневый с картофелем б/м	250		112	
2	Жаркое по-домашнему из курицы	110/40		334	
3	Чай сладкий.	200		35	
4	Хлеб пшеничный	30		75	
5	Хлеб ржаной	30	50,00	60	616

13 мая 2024 г.**Обед**

К/к

1	Суп вермишелевый с картофелем б/м	250		111	
2	Плов из курицы	110/40		314	
3	Чай сладкий.	200		35	
4	Хлеб пшеничный	30		75	
5	Хлеб ржаной	30	50,00	60	595

14 мая 2024 г.

Обед

К/к

1	Щи из св капусты с картофелем б/м	250		91	
2	Биточки гов. с том.соусом	50/30		158	
3	Макаронные изделия отварные	100/5		128	
4	Чай сладкий.	200		35	
5	Хлеб пшеничный	30		75	
6	Хлеб ржаной	30	50,00	60	547

15 мая 2024 г.

Обед

К/к

1	Суп гороховый с картофелем б/м.	250		199	
2	Омлет натуральный	100/5		218	
3	Чай сладкий.	200		35	
4	Хлеб пшеничный	30		75	
5	Хлеб ржаной	30	50,00	60	587

Зав. производством:



Калькулятор:



Дополнительное питание



Категория: Школьники 1-4 классы

Наименование плодов и ягод свежих	Цена	Выход, гр.	Пищевые вещества, на 100 г			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
День 1 (22 апреля 2024г.)						
Яблоко	30,00	180	0,30	0,20	11,40	52,00
День 2 (23 апреля 2024г.)						
Мандарины	30,00	120	0,80	0,30	11,50	53,00
День 3 (24 апреля 2024г.)						
Огурцы свеж. (допол.к гарниру)	30,00	70	0,80	0,10	2,80	15,00
День 4 (25 апреля 2024г.)						
Банан	30,00	250	1,50	0,50	21,00	96,00
День 5 (26 апреля 2024г.)						
Апельсин	30,00	190	0,90	0,20	8,10	43,00
День 6 (27 апреля 2024г.)						
Сок фруктовый	30,00	200	1,00	0,20	20,20	92,00

Зав. Производством :

Калькулятор :

Дополнительное питание



«Утверждаю»
ООО «Благо - В»
Директор
Е.П.Флегонтова

МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



"Согласовано"
МБОУ "ООШ" № 6
Директор
Л.А.Габитова

Категория 5-11 классы
(дети мобилизованных)

№ рецептуры	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.	А, мг.	Е, мг.	Р, мг.
				Б	Ж	У										
День 1 (2 мая 2024г.)																
№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	0	0	0
Дели принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		33,25		19,45	22,27	52,50	424,00	0,08	0,08	0,55	24,65	38,1	1,9	0	0,33	20
День 2 (3 мая 2024г.)																
№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	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
ТТК	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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		33,25		21,38	20,23	40,30	431,00	0,22	0,18	8,77	34,04	65,45	4,97	0	0,69	58
День 3 (4 мая 2024г.)																
№311	Каша манная молочная жидкая с 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	0	0	0
Дели принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		33,25		9,85	10,87	61,30	379,00	0,12	0,2	0,67	165,15	27,86	0,88	0	0,33	20
День 4 (6 мая 2024г.)																
№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	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
ТТК	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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		33,25		15,78	11,99	51,89	383,00	0,13	0,09	0,18	38,1	39,98	2,79	0	0,69	58
День 5 (7 мая 2024г.)																
№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	0	0	0
Дели принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		33,25		12,10	15,95	25,85	292,00	0,07	0,3	0,14	72,94	15,4	2,03	0	0,33	20
День 6 (8 мая 2024г.)																
№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			
№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	0	0	0
ТТК	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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		33,25		19,23	17,53	75,20	412,00	0,41	0,22	0,7	48,63	191,94	7,54	0	0,69	58
День 7 (10 мая 2024г.)																
№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	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 принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		33,25		21,65	20,77	43,00	444,00	0,19	0,18	8,77	30,14	52,55	3,95	0	0,33	20
День 8 (13 мая 2024г.)																
№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	0	0	0
Дели принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		33,25		19,45	22,27	52,50	424,00	0,08	0,08	0,55	24,65	38,1	1,9	0	0,33	20
День 9 (14 мая 2024г.)																
№451	Биточки 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	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
ТТК	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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		33,25		15,78	11,99	51,89	383,00	0,13	0,09	0,18	38,1	39,98	2,79	0	0,69	58
День 10 (15 мая 2024г.)																
№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	0	0	0
Дели принт	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		33,25		12,10	15,95	25,85	292,00	0,07	0,3	0,14	72,94	15,4	2,03	0	0,33	20

Зав. Производством :

Калькулятор: