

Согласовано  
Директор ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

И.Г. Дегтяренко



Утверждаю: ИП Батракова О.В.



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

27.09.2023.

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша молочная пшеничная вязкая с маслом №302	200	7,6	8,4	42,9	276,8	302	2004
Бутерброд с повидлом №2	40/10/50	3,3	7,3	51,1	277,3	2	2004
Чай с молоком или сливками (молоко) №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>12,6</b>	<b>17,0</b>	<b>111,3</b>	<b>640,8</b>		
Обед							
Помидор соленый	60	0,9	0,1	5,3	25,7		
Суп картофельный №133	200	1,9	1,9	15,6	86,4	133	2004
Котлета из говядины с капустой ТТК №76	90	14,0	20,9	12,1	151,2	ТТК №76	
Рагу овощное №541	150	3,1	6,6	17,2	141,3	541	2004
Компот из свежих плодов ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
Хлеб пеклеванный	70	4,5	0,6	28,8	138,5		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>820</b>	<b>28,2</b>	<b>30,5</b>	<b>117,5</b>	<b>717,1</b>		
Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи)							
Яблоко свежее №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
<b>Всего за день:</b>		<b>41,6</b>	<b>48,3</b>	<b>247,8</b>	<b>1 449,1</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_



Согласовано

Директор ГКОУ «Нижнеирицкая школа-интернат»

И.Г. Дегтяренко



Утверждаю: ИП Батракова О.В.

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

27.09.2023г.

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ №302	250	9,5	10,4	53,5	345,9	302	2004
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	40/10/50	3,3	7,3	51,1	277,3	2	2004
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ (МОЛОКО) №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>14,5</b>	<b>19,0</b>	<b>121,9</b>	<b>709,9</b>		
<b>Обед</b>							
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	100	1,6	0,1	8,9	42,8		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №133	250	2,4	2,2	19,4	108,0	133	2004
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ С КАПУСТОЙ ТТК №76	100	15,6	23,2	13,6	175,3	ТТК №76	
РАГУ ОВОЩНОЕ №541	180	3,6	7,6	20,5	169,7	541	2004
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>950</b>	<b>31,5</b>	<b>34,1</b>	<b>129,7</b>	<b>808,3</b>		
<b>Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи)</b>							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
<b>Всего за день:</b>		<b>46,0</b>	<b>53,1</b>	<b>251,6</b>	<b>1 518,2</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_

Согласовано  
 Директор ГКОУ «Нижегородская школа-интернат»

И.Г. Дегтяренко



27.09.2023..

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным пятиразовым питанием обучающихся 12-18 лет

Утверждаю: ИП Батракова О.В.

Утверждаю



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>3 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ №302							
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	250	9,5	10,4	53,5	345,9	302	2004
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ (МОЛОКО) №378	40/10/50	3,3	7,3	51,1	277,3	2	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,7</b>	<b>1,3</b>	<b>17,3</b>	<b>86,7</b>	<b>378</b>	<b>2011</b>
	<b>550</b>	<b>14,5</b>	<b>19,0</b>	<b>121,9</b>	<b>709,9</b>		
<b>II Завтрак</b>							
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ №738	50	3,0	3,1	19,6	118,8	738	2004
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА ТТК №50	200	0,6	0,2	18,7	89,0	ТТК №50	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>3,6</b>	<b>3,3</b>	<b>38,3</b>	<b>207,8</b>		
<b>Обед</b>							
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	100	1,6	0,1	8,9	42,8		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №133	250	2,4	2,2	19,4	108,0	133	2004
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ С КАПУСТОЙ ТТК №76	100	15,6	23,2	13,6	175,3	ТТК №76	
РАГУ ОВОЩНОЕ №541	180	3,6	7,6	20,5	169,7	541	2004
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №62	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №62	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>950</b>	<b>31,5</b>	<b>34,1</b>	<b>129,7</b>	<b>808,3</b>		
<b>Полдник</b>							
ПЛОШКА (СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ) №766	150	12,1	7,1	84,0	458,0	766	2004
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>12,5</b>	<b>7,2</b>	<b>105,5</b>	<b>546,5</b>		
<b>Ужин</b>							
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ ТТК №63	100	11,2	10,0	12,3	176,3	ТТК №63	
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (рисовая) №166	200	5,3	5,5	52,9	281,9	166	2011
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34,0	160,8		
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	30	1,9	0,3	12,3	59,4		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>23,6</b>	<b>16,2</b>	<b>128,2</b>	<b>747,9</b>		
<b>Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи)</b>							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
<b>Всего за день:</b>		<b>90,8</b>	<b>91,8</b>	<b>525,9</b>	<b>3 132,1</b>		

Зав. производством