

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

28.09.2023.

4 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 манная жидкая с маслом №311 | 200 | 5,6 | 7,4 | 33,6 | 223,0 | 311 | 2004 |
| Яйцо вареное вкрутую №337 | 1шт | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | 337 | 2004 |
| Какао с молоком №382 | 200 | 3,8 | 3,0 | 24,5 | 141,1 | 382 | 2011 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4,5 | 0,4 | 29,2 | 137,8 | | |
| Итого за прием пищи: | 505 | 19,4 | 15,8 | 87,6 | 570,5 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Огурец соленый | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,3 | 25,7 | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем №124 | 200 | 1,4 | 2,9 | 7,0 | 60,4 | 124 | 2004 |
| Фрикадельки мясные в соусе ТТК №60 | 90/30 | 8,7 | 19,5 | 17,4 | 281,5 | ТТК №60 | |
| Каша гречневая вязкая №302 | 150 | 4,4 | 4,7 | 19,9 | 138,6 | 302 | 2004 |
| Компот из смеси сухофруктов ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | | |
| Хлеб пеклеванный | 50 | 3,2 | 0,4 | 20,6 | 98,9 | | |
| Итого за прием пищи: | 830 | 22,7 | 27,9 | 114,9 | 803,9 | | |
| Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи) | | | | | | | |
| Сок фруктовый (мультифруктовый) №707 | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | 707 | 2004 |
| Всего за день: | | 43,1 | 43,9 | 222,1 | 1 457,8 | | |

Зав. производством _____

Согласовано
Директор ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

И.Г. Дегтяренко



Утверждаю: ИП Батракова О.В.

Утверждаю _____



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

28.09.2023

4 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Каша молочная манная жидкая с маслом №311 | 200 | 5,6 | 7,4 | 33,6 | 223,0 | 311 | 2004 |
| Яйцо вареное вкрутую №337 | 1шт | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | 337 | 2004 |
| Какао с молоком №382 | 200 | 3,8 | 3,0 | 24,5 | 141,1 | 382 | 2011 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4,5 | 0,4 | 29,2 | 137,8 | | |
| Итого за прием пищи: | 505 | 19,4 | 15,8 | 87,6 | 570,5 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| Фрукты свежие (апельсин) №341 | 200 | 1,7 | 0,4 | 15,7 | 83,4 | 341 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 200 | 1,7 | 0,4 | 15,7 | 83,4 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Огурец соленый | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,3 | 25,7 | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем №124 | 200 | 1,4 | 2,9 | 7,0 | 60,4 | 124 | 2004 |
| Фрикадельки мясные в соусе ТТК №60 | 90/30 | 8,7 | 19,5 | 17,4 | 281,5 | ТТК №60 | |
| Каша гречневая вязкая №302 | 150 | 4,4 | 4,7 | 19,9 | 138,6 | 302 | 2004 |
| Компот из смеси сухофруктов ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | | |
| Хлеб пеклеванный | 50 | 3,2 | 0,4 | 20,6 | 98,9 | | |
| Итого за прием пищи: | 830 | 22,7 | 27,9 | 114,9 | 803,9 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| Булочка Веснушка (с изюмом) №773 | 100 | 7,8 | 5,9 | 57,0 | 317,9 | 773 | 2004 |
| Кисель из повидла №647 | 200 | 0,1 | 0,0 | 28,2 | 110,3 | 647 | 2004 |
| Итого за прием пищи: | 300 | 7,9 | 5,9 | 85,2 | 428,2 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| Консервы овощные закусочные (икра кабачковая) №101 | 100 | 1,9 | 9,2 | 8,0 | 123,2 | 101 | 2004 |
| Макароник с печенью ТТК №64 | 150 | 12,0 | 14,9 | 38,0 | 334,8 | ТТК №64 | |
| Чай с сахаром каркаде №685 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 685 | 2004 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4,5 | 0,4 | 29,2 | 137,8 | | |
| Итого за прием пищи: | 510 | 18,6 | 24,5 | 90,2 | 656,3 | | |
| Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи) | | | | | | | |
| Сок фруктовый (мультифруктовый) №707 | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | 707 | 2004 |
| Всего за день: | | 76,9 | 79,0 | 393,6 | 2 542,3 | | |

Зав. производством _____

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 12-18 лет

28.09.2023 г.

4 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ №311 | 250 | 7,0 | 9,2 | 41,8 | 279,0 | 311 | 2004 |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 5,4 | 4,9 | 0,3 | 67,1 | 337 | 2004 |
| КАКАО С МОЛОКОМ №382 | 200 | 3,8 | 3,0 | 24,5 | 141,1 | 382 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | | |
| Итого за прием пищи: | 565 | 21,4 | 17,6 | 100,6 | 649,5 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 100 | 1,6 | 0,1 | 8,9 | 42,8 | | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №124 | 250 | 1,7 | 3,7 | 8,7 | 75,7 | 124 | 2004 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60 | 100/30 | 17,9 | 20,0 | 19,3 | 296,5 | ТТК №60 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ №302 | 180 | 5,2 | 5,7 | 23,8 | 166,3 | 302 | 2004 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 35,0 | 30,4 | 134,2 | 918,6 | | |
| Дополнительное питание (к одному из приемов пищи) | | | | | | | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (мультифруктовый) №707 | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | 707 | 2004 |
| Всего за день: | | 56,4 | 48,0 | 234,8 | 1 568,1 | | |

Зав. производством _____

Согласовано
 Директор ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»
 И.Г. Дегтяренко



Утверждаю: ИП Батракова О.В.

Утверждаю _____



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

28.09.2023

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| 4 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ №311 | 250 | 7,0 | 9,2 | 41,8 | 279,0 | 311 | 2004 |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337 | 1шт | 5,4 | 4,9 | 0,3 | 67,1 | 337 | 2004 |
| КАКАО С МОЛОКОМ №382 | 200 | 3,8 | 3,0 | 24,5 | 141,1 | 382 | 2011 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | | |
| Итого за прием пищи: | 565 | 21,3 | 17,5 | 100,6 | 648,0 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №341 | 200 | 1,7 | 0,4 | 15,7 | 83,4 | 341 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 200 | 1,7 | 0,4 | 15,7 | 83,4 | | |
| Обед | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 100 | 1,6 | 0,1 | 8,9 | 42,8 | | |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №124 | 250 | 1,7 | 3,7 | 8,7 | 75,7 | 124 | 2004 |
| ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60 | 100/30 | 17,9 | 20,0 | 19,3 | 296,5 | ТТК №60 | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ №302 | 180 | 5,2 | 5,7 | 23,8 | 166,3 | 302 | 2004 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53 | 200 | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,0 | ТТК №53 | |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 | | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 70 | 4,5 | 0,6 | 28,8 | 138,5 | | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 35,0 | 30,4 | 134,2 | 918,6 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| БУЛОЧКА ВЕСНУШКА (С ИЗЮМОМ) №773 | 150 | 11,6 | 8,8 | 85,6 | 478,0 | 773 | 2004 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №647 | 200 | 0,1 | 0,0 | 28,2 | 110,3 | 647 | 2004 |
| Итого за прием пищи: | 350 | 11,7 | 8,8 | 113,8 | 588,3 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ИКРА КАБАЧКОВАЯ) №101 | 100 | 1,9 | 9,2 | 8,0 | 123,2 | 101 | 2004 |
| МАКАРОНИК С ПЕЧЕНЬЮ ТТК №64 | 200 | 19,9 | 22,5 | 48,4 | 453,7 | ТТК №64 | |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685 | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 685 | 2004 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 70 | 5,1 | 0,4 | 34,0 | 160,8 | | |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 30 | 1,9 | 0,3 | 12,3 | 59,4 | | |
| Итого за прием пищи: | 600 | 29,0 | 32,4 | 117,7 | 857,6 | | |
| Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи) | | | | | | | |
| СОК ФРУКТОВЫЙ (мультифруктовый) №707 | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | 707 | 2004 |
| Всего за день: | | 98,7 | 92,0 | 482,0 | 3 095,9 | | |

Зав. производством _____