

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

22.12.2023 г.

9 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №160 | 300 | 6,9 | 5,7 | 25,2 | 180,8 | 160 | 2004 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 | 30/5/20 | 2,3 | 3,7 | 27,3 | 149,5 | 2 | 2004 |
| КАКАО С МОЛОКОМ №382 | 200 | 3,8 | 3,0 | 24,5 | 141,1 | 382 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 555 | 13,0 | 12,4 | 77,0 | 471,4 | | |
| Обед | | | | | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | 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 | |
| РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69 | 180 | 4,5 | 13,5 | 46,8 | 327,3 | ТТК №69 | |
| 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 | | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 34,0 | 38,3 | 151,0 | 1 054,8 | | |
| Всего за день: | | 47,0 | 50,7 | 228,0 | 1 526,2 | | |

Зав. производством _____

Согласовано
 Директор ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

И.Г. Дегтяренко

Утверждаю И.П. Батракова О.В.

Утверждаю



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

22.12.2023г.

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| 9 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №160 | 300 | 6,9 | 5,7 | 25,2 | 180,8 | 160 | 2004 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 | 30/5/20 | 2,3 | 3,7 | 27,3 | 149,5 | 2 | 2004 |
| КАКАО С МОЛОКОМ №382 | 200 | 3,8 | 3,0 | 24,5 | 141,1 | 382 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 555 | 13,0 | 12,4 | 77,0 | 471,4 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338/2011 | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 338 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | | |
| Обед | | | | | | | |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | 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 | |
| РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69 | 180 | 4,5 | 13,5 | 46,8 | 327,3 | ТТК №69 | |
| 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 | | |
| Итого за прием пищи: | 980 | 34,0 | 38,3 | 151,0 | 1 054,8 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| БУЛОЧКА ВЕСНУШКА (С ИЗЮМОМ) №773 | 150 | 11,6 | 8,8 | 85,6 | 478,0 | 773 | 2004 |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51 | 200 | 0,4 | 0,1 | 21,5 | 88,5 | ТТК №51 | |
| Итого за прием пищи: | 350 | 12,0 | 8,9 | 107,1 | 566,5 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ №78 | 100 | 2,7 | 7,9 | 14,1 | 139,2 | 78 | 2004 |
| КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ ТТК №63 | 100 | 11,2 | 10,0 | 12,3 | 176,3 | ТТК №63 | |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №518 | 180 | 3,5 | 5,0 | 28,6 | 173,1 | 518 | 2004 |
| 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 | | |
| Итого за прием пищи: | 650 | 22,6 | 23,3 | 105,7 | 718,9 | | |
| Всего за день: | | 89,4 | 91,8 | 459,8 | 2 902,8 | | |

Зав. производством _____

Согласовано
 Директор ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»



И.Г. Дегтяренко

Утверждаю: И.П. Батракова О.В.

Утверждаю



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

22.12.2023г.

9 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями №160 | 250 | 5,6 | 4,8 | 21,0 | 150,7 | 160 | 2004 |
| Бутерброд с повидлом №2 | 30/5/20 | 2,3 | 3,7 | 27,3 | 149,5 | 2 | 2004 |
| Какао с молоком №382 | 200 | 3,8 | 3,0 | 24,5 | 141,1 | 382 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 505 | 11,7 | 11,5 | 72,8 | 441,3 | | |
| II Завтрак | | | | | | | |
| Фрукты свежие (яблоко) №338/2011 | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 338 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Капуста квашеная | 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 | |
| Рис отварной ТТК №69 | 150 | 3,8 | 12,4 | 38,9 | 283,3 | ТТК №69 | |
| 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 | | |
| Итого за прием пищи: | 850 | 23,1 | 35,9 | 135,9 | 963,4 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| Булочка Веснушка (с изюмом) №773 | 100 | 7,8 | 5,9 | 57,0 | 317,9 | 773 | 2004 |
| Компот из изюма ТТК №51 | 200 | 0,4 | 0,1 | 21,5 | 88,5 | ТТК №51 | |
| Итого за прием пищи: | 300 | 8,2 | 6,0 | 78,5 | 406,4 | | |
| Ужин | | | | | | | |
| Икра свекольная №78 | 60 | 1,7 | 4,9 | 8,5 | 85,2 | 78 | 2004 |
| Котлета рыбная Любительская ТТК №63 | 90 | 8,4 | 9,8 | 11,2 | 167,1 | ТТК №63 | |
| Картофель отварной с маслом №518 | 150 | 2,9 | 4,1 | 23,9 | 144,2 | 518 | 2004 |
| Напиток лимонный ТТК №54 | 200 | 0,1 | 0,0 | 16,7 | 69,5 | ТТК №54 | |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4,5 | 0,4 | 29,2 | 137,8 | | |
| Итого за прием пищи: | 560 | 17,6 | 19,2 | 89,5 | 603,8 | | |
| Всего за день: | | 77,4 | 79,0 | 395,7 | 2 506,1 | | |

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 7-11 лет

22.12.2023 г.

9 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|-------------|--------------|----------------------------------|--------------|---------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями №160 | 250 | 5,6 | 4,8 | 21,0 | 150,7 | 160 | 2004 |
| Бутерброд с повидлом №2 | 30/5/20 | 2,3 | 3,7 | 27,3 | 149,5 | 2 | 2004 |
| Какао с молоком №382 | 200 | 3,8 | 3,0 | 24,5 | 141,1 | 382 | 2011 |
| Итого за прием пищи: | 505 | 11,7 | 11,5 | 72,8 | 441,3 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Капуста квашеная | 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 | |
| Рис отварной ТТК №69 | 150 | 3,8 | 12,4 | 38,9 | 283,3 | ТТК №69 | |
| 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 | | |
| Итого за прием пищи: | 850 | 23,1 | 35,9 | 135,9 | 963,4 | | |
| Всего за день: | | 34,8 | 47,4 | 208,7 | 1 404,7 | | |

Зав. производством _____