

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

23.12.2023г.

10 день

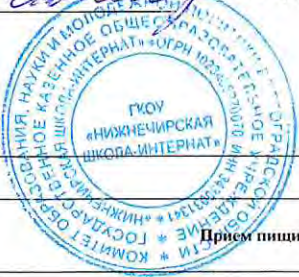
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ №311	250	7,0	9,2	41,8	279,0	311	2004
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/10/10	4,6	10,5	14,7	171,4	3	2004
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200/15/8	0,3	0,0	15,2	63,1	686	2004
БАТОН	40	3,1	1,2	20,0	103,6		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>563</b>	<b>15,0</b>	<b>20,9</b>	<b>91,7</b>	<b>617,1</b>		
<b>Обед</b>							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	1,6	0,1	8,9	42,8		
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	250	1,9	3,7	11,0	85,4	135	2004
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	200	14,1	22,7	37,2	409,5	ТТК №67	
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		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>32,0</b>	<b>27,2</b>	<b>141,8</b>	<b>919,2</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>47,0</b>	<b>48,1</b>	<b>233,5</b>	<b>1 536,3</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_

Согласовано  
 Директор ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

*И.Г. Дегтяренко*

И.Г. Дегтяренко



Утверждаю: ИП Батракова О.В.

Утверждаю \_\_\_\_\_



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

23.12.2023г.

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ №311	250	7,0	9,2	41,8	279,0	311	2004
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/10/10	4,6	10,5	14,7	171,4	3	2004
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200/15/8	0,3	0,0	15,2	63,1	686	2004
БАТОН	40	3,1	1,2	20,0	103,6		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>563</b>	<b>15,0</b>	<b>20,9</b>	<b>91,7</b>	<b>617,1</b>		
<b>II Завтрак</b>							
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ №738	50	3,0	3,1	19,6	118,8	738	2004
СОК ФРУКТОВЫЙ (АНАНАСОВЫЙ) №707	180	0,5	0,2	20,6	90,8	707	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>3,5</b>	<b>3,3</b>	<b>40,2</b>	<b>209,6</b>		
<b>Обед</b>							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	1,6	0,1	8,9	42,8		
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135	250	1,9	3,7	11,0	85,4	135	2004
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	200	14,1	22,7	37,2	409,5	ТТК №67	
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	70	4,5	0,6	28,8	138,5		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>26,2</b>	<b>27,4</b>	<b>130,6</b>	<b>875,0</b>		
<b>Полдник</b>							
ПЛЮШКА (СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ) №766	150	12,1	7,1	84,0	458,0	766	2004
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>12,3</b>	<b>7,1</b>	<b>99,0</b>	<b>518,5</b>		
<b>Ужин</b>							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ №224/2011	250	30,0	25,5	59,7	593,0	224	2011
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №596	50	0,9	2,2	6,7	50,8	596	2004
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,4	0,6	48,7	229,7		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>38,5</b>	<b>28,3</b>	<b>130,1</b>	<b>934,0</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>101,3</b>	<b>92,0</b>	<b>502,8</b>	<b>3 198,4</b>		

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

23.12.2023г.

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная манная жидкая с маслом №311	200	5,6	7,4	33,6	223,0	311	2004
Бутерброд с сыром №3	30/10/10	4,6	10,5	14,7	171,4	3	2004
Чай с сахаром и лимоном №686	200/15/8	0,3	0,0	15,2	63,1	686	2004
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>503</b>	<b>12,8</b>	<b>18,8</b>	<b>78,5</b>	<b>535,2</b>		
<b>II Завтрак</b>							
Пирожок печеный с картофелем №738	50	3,0	3,0	19,6	118,6	738	2004
Сок фруктовый (ананасовый) №707	180	0,5	0,2	20,6	90,8	707	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>3,5</b>	<b>3,2</b>	<b>40,2</b>	<b>209,4</b>		
<b>Обед</b>							
Огурец соленый	60	0,9	0,1	5,3	25,7		
Суп из овощей №135	200	1,5	3,0	8,9	68,4	135	2004
Плов из птицы ТТК №67	150	10,5	20,0	28,0	333,8	ТТК №67	
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	70	4,5	0,6	28,8	138,5		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>21,5</b>	<b>24,0</b>	<b>115,7</b>	<b>765,2</b>		
<b>Полдник</b>							
Плошка (сдоба обыкновенная) №766	100	8,0	4,8	56,0	305,4	766	2004
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>8,2</b>	<b>4,8</b>	<b>71,0</b>	<b>365,9</b>		
<b>Ужин</b>							
Запеканка из творога с морковью №224/2011	200	24,0	20,5	47,6	474,3	224	2011
Соус молочный (сладкий) №596	50	0,9	2,2	6,7	50,8	596	2004
Чай с сахаром №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>28,8</b>	<b>23,0</b>	<b>93,6</b>	<b>700,4</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>77,3</b>	<b>78,7</b>	<b>409,0</b>	<b>2 577,1</b>		

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

23.12.2023 г.

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная манная жидкая с маслом №311	200	5,6	7,4	33,6	223,0	311	2004
Бутерброд с сыром №3	30/10/10	4,6	10,5	14,7	171,4	3	2004
Чай с сахаром и лимоном №686	200/15/8	0,3	0,0	15,2	63,1	686	2004
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>503</b>	<b>12,8</b>	<b>18,8</b>	<b>78,5</b>	<b>535,2</b>		
<b>Обед</b>							
Огурец соленый	60	0,9	0,1	5,3	25,7		
Суп из овощей №135	200	1,5	3,0	8,9	68,4	135	2004
Плов из птицы ТТК №67	150	10,5	20,0	28,0	333,8	ТТК №67	
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	70	4,5	0,6	28,8	138,5		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>21,5</b>	<b>24,0</b>	<b>115,7</b>	<b>765,2</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>34,3</b>	<b>42,8</b>	<b>194,2</b>	<b>1 300,4</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_