



Согласовано
 № директора ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»
 О.Н.Перфилова

Утверждаю: И.П. Батракова О.В.

Утверждаю _____



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

08 ноября 2023г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7 день							
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГЕРКУЛЕСОВОЙ) №161	300	6,4	6,4	19,7	163,1	161	2004
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1/2011	40/10	3,1	7,5	19,6	158,0	1	2011
КАКАО С МОЛОКОМ №382	200	3,8	3,0	24,5	141,1	382	2011
Итого за прием пищи:	550	13,3	16,9	63,8	462,2		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	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							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	1,6	0,1	8,9	42,8		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №133	250	2,4	2,2	19,4	108,0	133	2004
КОТЛЕТЫ ТТК №61	100	15,9	22,3	21,0	303,3	ТТК №61	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ №302	180	5,2	5,7	24,1	167,6	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 ПЕКЛЕВАНЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5		
Итого за прием пищи:	950	33,7	31,2	146,9	959,0		
Полдник							
КЕКС СТОЛИЧНЫЙ №793	150	9,2	29,2	89,1	661,1	793	2004
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54	
Итого за прием пищи:	350	9,3	29,2	105,8	730,6		
Ужин							
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ №78	100	2,7	7,9	14,1	139,2	78	2004
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	200	14,1	22,7	37,2	409,5	ТТК №67	
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	24,0	31,3	112,6	829,4		
Всего за день:		91,1	109,4	448,1	3 072,4		

Зав. производством _____

Согласовано

И.о. директора ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

О.Н.Перфилова

Утверждаю: ИП Батракова О.В.

Утверждаю _____



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

08 ноября 2023г.

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Суп молочный с крупой (геркулесовой) №161	250	5,2	5,4	16,3	135,9	161	2004
Бутерброд с маслом №1/2011	40/10	3,1	7,5	19,6	158,0	1	2011
Какао с молоком №382	200	3,8	3,0	24,5	141,1	382	2011
Итого за прием пищи:	500	12,1	15,9	60,4	435,0		
II Завтрак							
Фрукты свежие (яблоко) №338	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							
Огурец соленый	60	0,9	0,1	5,3	25,7		
Суп картофельный №133	200	1,9	1,9	15,6	86,4	133	2004
Котлеты ТТК №61	90	9,7	14,2	18,7	240,5	ТТК №61	
Каша гречневая вязкая №302	150	4,4	4,7	20,1	139,7	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	70	4,5	0,6	28,8	138,5		
Итого за прием пищи:	820	25,5	21,8	133,2	829,6		
Полдник							
Кекс столичный №793	100	6,2	19,4	59,4	440,0	793	2004
Напиток лимонный ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54	
Итого за прием пищи:	300	6,3	19,4	76,1	509,5		
Ужин							
Икра свекольная №78	100	2,7	7,9	14,1	139,2	78	2004
Плов из птицы ТТК №67	150	10,5	20,0	28,0	333,8	ТТК №67	
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
Итого за прием пищи:	500	17,1	28,2	81,4	648,3		
Всего за день:		77,0	86,1	370,1	2 513,6		

Зав. производством _____

Согласовано
Ио директора ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»
О.Н.Перфилова



Утверждаю: ИП Батракова О.В.



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

08 ноября 2023г.

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Суп молочный с крупой (геркулесовой) №161	250	5,2	5,4	16,3	135,9	161	2004
Бутерброд с маслом №1/2011	40/10	3,1	7,5	19,6	158,0	1	2011
Какао с молоком №382	200	3,8	3,0	24,5	141,1	382	2011
Итого за прием пищи:	500	12,1	15,9	60,4	435,0		
Обед							
Огурец соленый	60	0,9	0,1	5,3	25,7		
Суп картофельный №133	200	1,9	1,9	15,6	86,4	133	2004
Котлеты ТТК №61	90	9,7	14,2	18,7	240,5	ТТК №61	
Каша гречневая вязкая №302	150	4,4	4,7	20,1	139,7	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	70	4,5	0,6	28,8	138,5		
Итого за прием пищи:	820	25,5	21,8	133,2	829,6		
Всего за день:		37,6	37,7	193,6	1 264,6		

Зав. производством _____

утверждаю: ипн Ватракова С.В.



Согласовано
Ио директора ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»
О.Н.Перфилова



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

08 ноября 2023 г.

7 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 КРУПОЙ (ГЕРКУЛЕСОВОЙ) №161	300	6,4	6,4	19,7	163,1	161	2004
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1/2011	40/10	3,1	7,5	19,6	158,0	1	2011
КАКАО С МОЛОКОМ №382	200	3,8	3,0	24,5	141,1	382	2011
Итого за прием пищи:	550	13,3	16,9	63,8	462,2		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	1,6	0,1	8,9	42,8		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №133	250	2,4	2,2	19,4	108,0	133	2004
КОТЛЕТЫ ТТК №61	100	15,9	22,3	21,0	303,3	ТТК №61	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ №302	180	5,2	5,7	24,1	167,6	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 ПЕКЛЕВАНЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5		
Итого за прием пищи:	950	33,7	31,2	146,9	959,0		
Всего за день:		47,0	48,1	210,7	1 421,2		

Зав. производством _____