

Согласовано  
Ис. 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 12-18 лет

12 ноября 2023г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>11 день</b>							
<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
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	692	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>15,1</b>	<b>19,0</b>	<b>130,5</b>	<b>746,7</b>		
<b>II Завтрак</b>							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №341/2011	200	1,7	0,4	15,7	83,4	341	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,7</b>	<b>0,4</b>	<b>15,7</b>	<b>83,4</b>		
<b>Обед</b>							
ИКРА МОРКОВНАЯ №78	100	2,5	7,9	12,6	133,6	78	2004
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №140	250	2,8	2,2	19,9	111,7	140	2004
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ ТТК №78	100/30	19,4	12,0	3,5	128,1	ТТК №78	
РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69	180	4,5	13,5	46,8	327,3	ТТК №69	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №647	200	0,1	0,0	28,2	110,3	647	2004
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>1050</b>	<b>37,5</b>	<b>36,5</b>	<b>164,1</b>	<b>1 064,3</b>		
<b>Полдник</b>							
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА (С ИЗЮМОМ) №773	150	11,6	8,8	85,6	478,0	773	2004
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>11,7</b>	<b>8,8</b>	<b>102,3</b>	<b>547,5</b>		
<b>Ужин</b>							
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	100	1,6	0,1	8,9	42,8		
ЖАРКОЕ ПО-ДРЕВЕНСКИ ТТК №48	200	14,4	29,8	22,9	366,9	ТТК №48	
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		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>23,2</b>	<b>30,6</b>	<b>93,1</b>	<b>690,4</b>		
<b>Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи)</b>							
СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный) №707	200	1,0	0,2	19,6	83,4	707	2004
<b>Всего за день:</b>		<b>90,2</b>	<b>95,3</b>	<b>505,7</b>	<b>3 132,3</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_

Согласовано  
Ио 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

12 ноября 2023г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>11 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
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
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	692	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>13,2</b>	<b>17,0</b>	<b>119,9</b>	<b>677,6</b>		
<b>II Завтрак</b>							
Фрукты свежие (апельсин) №341/2011	200	1,7	0,4	15,7	83,4	341	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>1,7</b>	<b>0,4</b>	<b>15,7</b>	<b>83,4</b>		
<b>Обед</b>							
Икра морковная №78	60	1,6	4,9	7,6	81,9	78	2004
Суп картофельный с макаронными изделиями №140	200	2,3	1,8	16,0	89,2	140	2004
Рыба, тушенная в томате с овощами ТТК №78	90/30	17,9	11,1	3,5	119,5	ТТК №78	
Рис отварной ТТК №69	150	3,8	12,4	38,9	283,3	ТТК №69	
Кисель из повидла №647	200	0,1	0,0	28,2	110,3	647	2004
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>910</b>	<b>33,9</b>	<b>31,1</b>	<b>147,3</b>	<b>937,5</b>		
<b>Полдник</b>							
Булочка Веснушка (с изюмом) №773	100	7,8	5,9	57,0	317,9	773	2004
Напиток лимонный ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>7,9</b>	<b>5,9</b>	<b>73,7</b>	<b>387,4</b>		
<b>Ужин</b>							
Помидор соленый	100	1,6	0,1	8,9	42,8		
Жаркое по-деревенски ТТК №48	150	10,0	19,5	17,7	286,6	ТТК №48	
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		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>15,5</b>	<b>19,9</b>	<b>65,9</b>	<b>504,7</b>		
<b>Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи)</b>							
Сок фруктовый (яблочный) №707	200	1,0	0,2	19,6	83,4	707	2004
<b>Всего за день:</b>		<b>77,2</b>	<b>78,9</b>	<b>422,5</b>	<b>2 590,6</b>		

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

12 ноября 2023г.

11 день

Присм 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 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
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	692	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>13,2</b>	<b>17,0</b>	<b>119,9</b>	<b>677,6</b>		
<b>Обед</b>							
Икра морковная №78	60	1,6	4,9	7,6	81,9	78	2004
Суп картофельный с макаронными изделиями №140	200	2,3	1,8	16,0	89,2	140	2004
Рыба, тушеная в томате с овощами ТТК №78	90/30	17,9	11,1	3,5	119,5	ТТК №78	
Рис отварной ТТК №69	150	3,8	12,4	38,9	283,3	ТТК №69	
Кисель из повидла №647	200	0,1	0,0	28,2	110,3	647	2004
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>910</b>	<b>33,9</b>	<b>31,1</b>	<b>147,3</b>	<b>937,5</b>		
<b>Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи)</b>							
Сок фруктовый (яблочный) №707	200	1,0	0,2	19,6	83,4	707	2004
<b>Всего за день:</b>		<b>48,1</b>	<b>48,3</b>	<b>286,8</b>	<b>1 698,5</b>		

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 12-18 лет

12 ноября 2023 г.

11 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 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
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	692	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>15,1</b>	<b>19,0</b>	<b>130,5</b>	<b>746,7</b>		
<b>Обед</b>							
ИКРА МОРКОВНАЯ №78	100	2,5	7,9	12,6	133,6	78	2004
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №140	250	2,8	2,2	19,9	111,7	140	2004
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ ТТК №78	100/30	19,4	12,0	3,5	128,1	ТТК №78	
РИС ОТВАРНОЙ ТТК №69	180	4,5	13,5	46,8	327,3	ТТК №69	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №647	200	0,1	0,0	28,2	110,3	647	2004
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>1050</b>	<b>37,5</b>	<b>36,5</b>	<b>164,1</b>	<b>1 064,3</b>		
<b>Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи)</b>							
СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный) №707	200	1,0	0,2	19,6	83,4	707	2004
<b>Всего за день:</b>		<b>52,6</b>	<b>55,5</b>	<b>294,6</b>	<b>1 811,0</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_