

Согласовано  
Ио директора ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

О.Н.Перфилова



Утверждаю: ИП Батракова О.В.



меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

13 ноября 2023г.

12 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>							
Суп молочный с крупой (геркулесовой) №161	250	5,2	5,4	16,2	135,2	161	2004
Бутерброд с повидлом №2	30/10/20	2,4	7,3	27,3	181,5	2	2004
Чай с молоком или сливками (молоко) №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>9,3</b>	<b>14,0</b>	<b>60,8</b>	<b>403,4</b>		
<b>Обед</b>							
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	
Картофель отварной с маслом №518	150	2,9	4,1	23,9	144,2	518	2004
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		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>850</b>	<b>22,2</b>	<b>27,6</b>	<b>120,9</b>	<b>824,3</b>		
<b>Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи)</b>							
Яблоко свежее №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
<b>Всего за день:</b>		<b>32,3</b>	<b>42,4</b>	<b>200,7</b>	<b>1 318,9</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_

Согласовано  
Ио директора ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

О.Н.Перфилова



Утверждаю: ИП Батракова С.В.

Утверждаю \_\_\_\_\_



меню для обеспечения бесплатным пятиразовым питанием обучающихся 7-11 лет

13 ноября 2023г.

12 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>							
Суп молочный с крупой (геркулесовой) №161	250	5,2	5,4	16,2	135,2	161	2004
Бутерброд с повидлом №2	30/10/20	2,4	7,3	27,3	181,5	2	2004
Чай с молоком или сливками (молоко) №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>9,3</b>	<b>14,0</b>	<b>60,8</b>	<b>403,4</b>		
<b>II Завтрак</b>							
Булочка домашняя №769	50	3,7	5,6	29,1	184,7	769	2004
Чай с сахаром №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>3,9</b>	<b>5,6</b>	<b>44,1</b>	<b>245,2</b>		
<b>Обед</b>							
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	
Картофель отварной с маслом №518	150	2,9	4,1	23,9	144,2	518	2004
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 пекленый	70	4,5	0,6	28,8	138,5		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>850</b>	<b>22,2</b>	<b>27,6</b>	<b>120,9</b>	<b>824,3</b>		
<b>Полдник</b>							
Кекс столичный №793	100	6,2	19,4	59,4	440,0	793	2004
Кисель из повидла №647	200	0,1	0,0	28,2	110,3	647	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>6,3</b>	<b>19,4</b>	<b>87,6</b>	<b>550,3</b>		
<b>Ужин</b>							
Запеканка рисовая с творогом №315	200	11,4	7,8	59,5	354,3	315	2004
Соус молочный (сладкий) №596	50	0,9	2,2	6,7	50,8	596	2004
Напиток лимонный ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>16,1</b>	<b>10,3</b>	<b>107,2</b>	<b>589,4</b>		
<b>Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи)</b>							
Яблоко свежее №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
<b>Всего за день:</b>		<b>77,0</b>	<b>79,6</b>	<b>418,0</b>	<b>2 620,8</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_



Согласовано  
 По директору ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

О.Н.Перфилова



Утверждаю: ИП Батракова О.В.  
 Утверждаю: ИП Батракова О.В.



меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

13 ноября 2023 г.

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГЕРКУЛЕСОВОЙ) №161	300	6,4	6,4	19,6	162,4	161	2004
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	30/10/20	2,4	7,3	27,3	181,5	2	2004
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ (МОЛОКО) №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>10,5</b>	<b>15,0</b>	<b>64,2</b>	<b>430,6</b>		
<b>Обед</b>							
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	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №518	180	3,5	5,0	28,6	173,1	518	2004
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		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>980</b>	<b>33,0</b>	<b>29,8</b>	<b>132,8</b>	<b>900,6</b>		
<b>Дополнительное питание (к одному из приемов пищи)</b>							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
<b>Всего за день:</b>		<b>43,5</b>	<b>44,8</b>	<b>197,0</b>	<b>1 331,2</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_

Согласовано  
Ио директора ТКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

О.Н.Перфилова



Утверждаю: ИП Батракова О.В.  
Утверждаю: ИП Батракова О.В.

Утверждаю



меню для обеспечения бесплатным пятиразовым питанием обучающихся 12-18 лет

13 ноября 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>12 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГЕРКУЛЕСОВОЙ) №151	300	6,4	6,4	19,6	162,4	161	2004
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	30/10/20	2,4	7,3	27,3	181,5	2	2004
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ (МОЛОКО) №378	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>10,5</b>	<b>15,0</b>	<b>64,2</b>	<b>430,6</b>		
<b>II Завтрак</b>							
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ №769	50	3,7	5,7	29,1	184,9	769	2004
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>3,9</b>	<b>5,7</b>	<b>44,1</b>	<b>245,4</b>		
<b>Обед</b>							
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	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №518	180	3,5	5,0	28,6	173,1	518	2004
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		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>980</b>	<b>33,0</b>	<b>29,8</b>	<b>132,8</b>	<b>900,6</b>		
<b>Полдник</b>							
КЕКС СТОЛИЧНЫЙ №793	150	9,2	29,2	89,1	661,1	793	2004
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №647	200	0,1	0,0	28,2	110,3	647	2004
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>9,3</b>	<b>29,2</b>	<b>117,3</b>	<b>771,4</b>		
<b>Ужин</b>							
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ №315	250	14,2	9,8	74,5	442,9	315	2004
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №596	50	0,9	2,2	6,7	50,8	596	2004
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,4	0,6	48,7	229,7		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>22,6</b>	<b>12,6</b>	<b>146,6</b>	<b>792,9</b>		
<b>Дополнительное питание (к одному из приемов пищи)</b>							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
<b>Всего за день:</b>		<b>90,0</b>	<b>100,4</b>	<b>502,2</b>	<b>3 230,9</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_