

Согласовано
 Директор ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

Утверждаю: ИП Батракова О.В.

И.Г. Дегтяренко



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

29.11.2023 г.

14 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175	250	6,9	9,6	43,2	287,0	175	2011
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/10/10	4,6	10,5	14,7	171,4	3	2004
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	692	2004
БАТОН	60	4,6	1,8	30,1	155,4		
Итого за прием пищи:	560	18,4	23,2	113,9	737,3		
Обед							
ПОМИДОР 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
ТЕФТЕЛИ (1-й вариант) с соусом ТТК №65	100/30	11,6	15,2	19,2	224,6	ТТК №65	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ №302	180	5,2	5,7	23,8	166,3	302	2004
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		
Итого за прием пищи:	980	28,6	25,6	144,2	882,7		
Всего за день:		47,0	48,8	258,1	1 620,0		

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

29.11.2023г.

14 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом №175	200	5,5	7,7	34,7	229,6	175	2011
Бутерброд с сыром №3	30/10/10	4,6	10,5	14,7	171,4	3	2004
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	692	2004
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5		
Итого за прием пищи:	500	16,3	21,0	100,4	654,0		
Обед							
Помидор 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
Тефтели (1-й вариант) с соусом ТТК №65	90/30	8,6	11,7	17,3	208,9	ТТК №65	
Каша гречневая вязкая №302	150	4,4	4,7	19,9	138,6	302	2004
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		
Итого за прием пищи:	850	23,7	20,4	132,7	805,2		
Всего за день:		40,0	41,4	233,1	1 459,2		

Зав. производством _____

Согласовано
 Директор ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

И.Г. Дегтяренко

Утверждаю: ИП Батракова О.В.



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

29.11.2023г

14 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом №175	200	5,5	7,7	34,7	229,6	175	2011
Бутерброд с сыром №3	30/10/10	4,6	10,5	14,7	171,4	3	2004
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	692	2004
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5		
Итого за прием пищи:	500	16,3	21,0	100,4	654,0		
II Завтрак							
Пирожок печеный с капустой №738	50	3,3	3,3	17,1	113,6	738	2004
Сок фруктовый (ананасовый) №707	180	0,5	0,2	20,6	90,8	707	2004
Итого за прием пищи:	230	3,8	3,5	37,7	204,4		
Обед							
Помидор 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
Тефтели (1-й вариант) с соусом ТТК №65	90/30	8,6	11,7	17,3	208,9	ТТК №65	
Каша гречневая вязкая №302	150	4,4	4,7	19,9	138,6	302	2004
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		
Итого за прием пищи:	850	23,7	20,4	132,7	805,2		
Полдник							
Ватрушка с повидлом №741	100	6,4	2,9	62,8	303,2	741	2004
Чай с сахаром каркаде №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
Итого за прием пищи:	300	6,6	2,9	77,8	363,7		
Ужин							
Лапшевник с творогом с соусом молочным (сладким) №208/596	200/50	18,6	13,2	51,0	399,0	208/596	2011
Чай с молоком или сливками (молоко) №378/2011	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378	2011
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
Итого за прием пищи:	500	24,0	14,8	92,6	600,5		
Всего за день:		77,4	79,6	441,2	2 627,8		

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 12-18 лет

29.11.2023г.

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
14 день							
Завтрак							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175	250	6,9	9,6	43,2	287,0	175	2011
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/10/10	4,6	10,5	14,7	171,4	3	2004
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	692	2004
БАТОН	60	4,6	1,8	30,1	155,4		
Итого за прием пищи:	560	18,4	23,2	113,9	737,3		
II Завтрак							
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ №738	50	3,3	3,5	17,1	114,0	738	2004
СОК ФРУКТОВЫЙ (АНАНАСОВЫЙ) №707	180	0,5	0,2	20,6	90,8	707	2004
Итого за прием пищи:	230	3,8	3,7	37,7	204,8		
Обед							
ПОМИДОР 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
ТЕФТЕЛИ (1-й вариант) с соусом ТТК №65	100/30	11,6	15,2	19,2	224,6	ТТК №65	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ №302	180	5,2	5,7	23,8	166,3	302	2004
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		
Итого за прием пищи:	980	28,6	25,6	144,2	882,7		
Полдник							
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ №741	150	9,3	4,4	94,5	455,2	741	2004
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
Итого за прием пищи:	350	9,5	4,4	109,5	515,7		
Ужин							
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (СЛАДКИМ) №208/596	250/50	23,2	16,2	62,5	490,9	208/596	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ (МОЛОКО) №378/2011	200	1,7	1,3	17,3	86,7	378	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,4	0,6	48,7	229,7		
Итого за прием пищи:	600	32,3	18,1	128,5	807,3		
Всего за день:		92,6	92,0	533,8	3 147,8		
Зав. производством _____							