

Согласовано

Директор ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

И.Г. Дегтяренко

ГКОУ  
«НИЖНЕЧИРСКАЯ  
ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»

30.11.2023г.

Утверждаю: ИП Батракова О.В.

Утверждаю: ИП Батракова О.В.

Утверждаю \_\_\_\_\_

меню для обеспечения бесплатным пятиразовым питанием обучающихся 7-11 лет

1 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>							
Яйцо вареное вкрутую №337	1шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337	2004
Каша молочная манная жидкая с маслом №311	200	5,6	7,4	33,6	223,0	311	2004
Какао с молоком №382	200	3,8	3,0	24,5	141,1	382	2011
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>505</b>	<b>19,4</b>	<b>15,8</b>	<b>87,6</b>	<b>570,5</b>		
<b>II Завтрак</b>							
Фрукты свежие (яблоко) №338/2011	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>		
<b>Обед</b>							
Кашуэта кашеная	60	0,9	0,1	5,3	25,7		
Суп картофельный с бобовыми (горох) №139	200	4,6	3,3	15,2	107,7	139	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	
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 пеклепанный	50	3,2	0,4	20,6	98,9		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>830</b>	<b>34,5</b>	<b>27,6</b>	<b>128,2</b>	<b>833,9</b>		
<b>Полдник</b>							
Ватрушка с повидлом №741	100	6,4	2,9	62,8	303,2	741	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>6,5</b>	<b>2,9</b>	<b>79,5</b>	<b>372,7</b>		
<b>Ужин</b>							
Фрикадельки мясные в соусе ТТК №60	90/30	8,7	19,5	17,4	281,5	ТТК №60	
Макаронные изделия отварные (рожки) №516	150	5,5	4,3	34,0	196,8	516	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>520</b>	<b>18,1</b>	<b>24,1</b>	<b>90,7</b>	<b>653,6</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>79,3</b>	<b>79,0</b>	<b>405,0</b>	<b>2 521,9</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_

Согласовано  
 Директор ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

*И.Г. Дегтяренко*  
 И.Г. Дегтяренко



30.11.2023г

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

Утверждаю \_\_\_\_\_



е меню для обеспечения бесплатным пятиразовым питанием обучающихся 12-18 лет

1 день								
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Завтрак</b>								
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	5,4	4,9	0,3	67,1	337	2004	
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ №311	250	7,0	9,2	41,8	279,0	311	2004	
КАКАО С МОЛОКОМ №382	200	3,8	3,0	24,5	141,1	382	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34,0	160,8			
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>565</b>	<b>21,3</b>	<b>17,5</b>	<b>100,6</b>	<b>648,0</b>			
<b>II Завтрак</b>								
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338/2011	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>			
<b>Обед</b>								
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	100	1,6	0,1	8,9	42,8			
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) №139	250	5,7	4,0	18,9	134,6	139	2004	
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЦАМИ 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		
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>980</b>	<b>39,8</b>	<b>30,5</b>	<b>151,6</b>	<b>970,1</b>			
<b>Полдник</b>								
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ №741	150	9,3	4,4	94,5	455,2	741	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>9,4</b>	<b>4,4</b>	<b>111,2</b>	<b>524,7</b>			
<b>Ужин</b>								
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ ТТК №60	100/30	17,9	20,0	19,3	296,5	ТТК №60		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖДСИ) №516	200	7,5	5,9	45,2	262,6	516	2004	
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34,0	160,8			
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>30,7</b>	<b>26,3</b>	<b>113,5</b>	<b>780,4</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>102,0</b>	<b>91,8</b>	<b>495,9</b>	<b>3 014,4</b>			

Зав. производством \_\_\_\_\_

Согласовано  
 Директор ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

И.Г. Дегтяренко

Утверждаю: ИП Батракова О.В.

Утверждаю: ИП Батракова О.В.



30.11.2023г.

меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 12-18 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>I день</b>							
<b>Завтрак</b>							
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1штг	5,4	4,9	0,3	67,1	337	2004
КАША МОЛОЧНАЯ МАГНЯЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ №311	250	7,0	9,2	41,8	279,0	311	2004
КАКАО С МОЛОКОМ №382	200	3,8	3,0	24,5	141,1	382	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34,0	160,8		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>565</b>	<b>21,4</b>	<b>17,6</b>	<b>100,6</b>	<b>649,5</b>		
<b>Обед</b>							
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	100	1,6	0,1	8,9	42,8		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) №139	250	5,7	4,0	18,9	134,6	139	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	
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>980</b>	<b>39,8</b>	<b>30,5</b>	<b>151,6</b>	<b>970,1</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>61,2</b>	<b>48,1</b>	<b>252,2</b>	<b>1 619,6</b>		

Зав. производством

Согласовано  
 Директор ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат»

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



И.Г. Дегтяренко



меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

30.11.2023г.

1 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>							
Яйцо вареное вкрутую №337	1шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337	2004
Каша молочная манная жидкая с маслом №311	200	5,6	7,4	33,6	223,0	311	2004
Какао с молоком №382	200	3,8	3,0	24,5	141,1	382	2011
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>505</b>	<b>19,4</b>	<b>15,8</b>	<b>87,6</b>	<b>570,5</b>		
<b>Обед</b>							
Капуста квашеная	60	0,9	0,1	5,3	25,7		
Суп картофельный с бобовыми (горох) №139	200	4,6	3,3	15,2	107,7	139	2004
Рыба, тушеная в томате с опятами 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	
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	50	3,2	0,4	20,6	98,9		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>830</b>	<b>34,5</b>	<b>27,6</b>	<b>128,2</b>	<b>833,9</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>53,9</b>	<b>43,4</b>	<b>215,8</b>	<b>1 404,4</b>		

Зав. производством \_\_\_\_\_