

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

16.10.2023г.

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Яйцо вареное вкрутую №337	1шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337	2004
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом №175	200	5,5	7,7	34,7	229,6	175	2011
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	692	2004
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8		
Итого за прием пищи:	505	17,8	14,4	90,1	559,5		
Обед							
Помидор соленый	60	0,9	0,1	5,3	25,7		
Суп картофельный с бобовыми (горох) №139	200	4,6	3,3	15,2	107,9	139	2004
Тефтели (1-й вариант) с соусом ТТК №65	90/30	8,6	11,7	17,3	208,9	ТТК №65	
Макаронные изделия отварные (рожки) №516	150	5,5	4,3	34,0	196,8	516	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:	850	27,9	20,3	153,1	902,9		
Всего за день:		45,7	34,7	243,2	1 462,4		

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 7-11 лет

16.10.2023г.

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Яйцо вареное вкрутую №337	1шт	5,5	5,0	0,3	68,6	337	2004
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом №175	200	5,5	7,7	34,7	229,6	175	2011
Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	692	2004
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8		
Итого за прием пищи:	505	17,8	14,4	90,1	559,5		
II Завтрак							
Плошка (сдоба обыкновенная) №766	50	3,8	2,2	27,5	149,0	766	2004
Сок фруктовый (мультифруктовый) №707	180	0,5	0,0	28,8	118,7	707	2004
Итого за прием пищи:	230	4,3	2,2	56,3	267,7		
Обед							
Помидор соленый	60	0,9	0,1	5,3	25,7		
Суп картофельный с бобовыми (горох) №139	200	4,6	3,3	15,2	107,9	139	2004
Тефтели (1-й вариант) с соусом ТТК №65	90/30	8,6	11,7	17,3	208,9	ТТК №65	
Макаронные изделия отварные (рожки) №516	150	5,5	4,3	34,0	196,8	516	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	27,9	20,3	153,1	902,9		
Полдник							
Ватрушка с повидлом №741	100	6,4	2,9	62,8	303,2	741	2004
Компот из свежих плодов ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52	
Итого за прием пищи:	300	6,5	3,0	77,0	362,4		
Ужин							
Вареники ленивые отварные №218/2011	200	31,5	15,6	31,0	397,5	218	2011
Соус молочный (сладкий) №596	50	0,9	2,2	6,7	50,8	596	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		
Итого за прием пищи:	500	36,3	18,1	77,0	623,6		
Всего за день:		88,7	78,9	419,9	2 597,0		

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 12-18 лет

16.10.2023.

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУГУЮ №337	1шт	5,4	4,9	0,3	67,1	337	2004
КАША вязкая молочная из риса и пшена дружба с маслом №175	250	6,9	9,6	43,2	287,0	175	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	692	2004
ХЛЕБ пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8		
Итого за прием пищи:	565	19,8	16,3	103,4	639,9		
Обед							
ПОМИДОР соленый	100	1,6	0,1	8,9	42,8		
СУП картофельный с бобовыми (горох) №139	250	5,7	4,0	18,9	134,9	139	2004
ТЕФТЕЛИ (1-й вариант) с соусом ТТК №65	100/30	11,6	15,2	19,2	224,6	ТТК №65	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516	200	7,5	5,9	45,2	262,6	516	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:	1000	34,7	26,1	173,5	1 028,5		
Всего за день:		54,5	42,4	276,9	1 668,4		

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

16.10.2023г.

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	5,4	4,9	0,3	67,1	337	2004
КАША вязкая молочная из риса и пшена дружба с маслом №175	250	6,9	9,6	43,2	287,0	175	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	692	2004
ХЛЕБ пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8		
Итого за прием пищи:	565	19,7	16,2	103,4	638,4		
II Завтрак							
ПЛОШКА (СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ) №766	50	3,8	2,2	27,5	149,0	766	2004
СОК ФРУКТОВЫЙ (МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ) №707	180	0,5	0,0	28,8	118,7	707	2004
Итого за прием пищи:	230	4,3	2,2	56,3	267,7		
Обед							
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	100	1,6	0,1	8,9	42,8		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) №139	250	5,7	4,0	18,9	134,9	139	2004
ТЕФТЕЛИ (1-й вариант) с соусом ТТК №65	100/30	11,6	15,2	19,2	224,6	ТТК №65	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516	200	7,5	5,9	45,2	262,6	516	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:	1000	34,7	26,1	173,5	1 028,5		
Полдник							
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ №741	150	9,3	4,4	94,5	455,2	741	2004
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52	200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52	
Итого за прием пищи:	350	9,4	4,5	108,7	514,4		
Ужин							
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ОТВАРНЫЕ №218/2011	250	39,4	19,4	38,7	497,2	218	2011
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №596	50	0,9	2,2	6,7	50,8	596	2004
ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,2	0,0	15,0	60,5	685	2004
ХЛЕБ пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	229,7		
Итого за прием пищи:	600	47,9	22,2	109,1	838,2		
Всего за день:		109,9	92,0	507,2	3 130,2		

Зав. производством _____