

## Меню для обеспечения питания детей льготной категории с 5-11 класс .

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 03.10.2022 День: День 1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийности	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	№70/71	Овощи свежие в нарезке огурцы	25	8,50	3,22	0,178	0,031	0,557
	2 блюда	438/2	Мясо птицы тушеное с овощами	100	42,00	118,331	17,259	4,023	3,272
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом	180	13,50	299,25	7,78	6,69	51,94
	сладкое	№11К 982	Напиток фруктово-ягодный (200)	200	7	50,427	0,159	0,016	12,412
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2,00	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2,00	77,31	2,7	0,99	14,4
<b>Итого:</b>				<b>565</b>	<b>75</b>	<b>620,538</b>	<b>30,464</b>	<b>11,995</b>	<b>97,642</b>

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 04.10.2022 День: День 2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийности	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-2 3	Овощи натуральные свежие (огурец) в нарезке	20	5,00	3,223	0,178	0,031	0,557
	2 блюда	№279-331	Тефтели из говядины в сметанно-томатном соусе	110	39,50	269,988	10,512	20,401	11,084
	гарнир	№ 171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	180	20,00	327,6	10,86	7,8	53,47
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2,00	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2,00	77,31	2,7	0,99	14,4
<b>Итого:</b>				<b>570</b>	<b>75,00</b>	<b>833,47</b>	<b>27,204</b>	<b>29,467</b>	<b>114,844</b>

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 05.10.2022 День: День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийности	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-23	Овощи свежие в нарезке огурцы	35	11,50	3,22	0,18	0,03	0,56
	2 блюда	№460	Рис с овощами и курицей	250	50,00	541,25	19,46	28,75	51,22
	сладкое	951	Напиток из яблок и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2,00	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2,00	77,31	2,7	0,99	14,4
<b>Итого:</b>				<b>545,00</b>	<b>75,00</b>	<b>744,21</b>	<b>24,84</b>	<b>30,04</b>	<b>93,67</b>

Заведующий производством: \_\_\_\_\_ Голубятникова Н. А.

Директор школы: \_\_\_\_\_ Сахарова И. Е.



## Меню для обеспечения питания детей льготной категории с 5-11 класс .

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 06.10.2022 День: День 4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийности	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие (15гр) (помидор)	15	6	3,776	0,194	0,035	0,671
	2 блюдо	353/2	Тефтели рыбные "Морские" в сметанным соусом	120	37,00	155,61	8,893	15,65	9,796
	гарнир	№128	Картофельное пюре (150)	150	23,00	200,603	4,58	5,71	32,723
	напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2,00	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2,00	77,31	2,7	0,99	14,4
<b>Итого:</b>				<b>545</b>	<b>75,00</b>	<b>551,521</b>	<b>18,962</b>	<b>22,689</b>	<b>82,867</b>

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 07.10.2022 День: День 5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийности	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-23	Овощи свежие в нарезке огурец	35	8,50	3,22	0,178	0,031	1,44
	2 блюдо	ттк 724	Рулет из мяса кур с сыром и яйцом	100	45	198,799	13,843	14,255	3,784
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2,00	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2,00	77,31	2,7	0,99	14,4
<b>Итого:</b>				<b>545</b>	<b>75,00</b>	<b>659,72</b>	<b>25,53</b>	<b>20,56</b>	<b>94,02</b>

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 08.10.2022 День: суббота

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийности	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	70	Овощи натуральные свежие	20	5,5	3,816	0,211	0,026	0,684
	2 блюдо	ттк 600	Котлета из горбуши "Дружба" в сметан/том соусе	100	38	155,105	9,16	8,446	8,604
	гарнир	200	Пюре из бобовых и картофеля "Загадка"	150	21	449,48	6,66	16,8	38,4
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	87	3,7	1,2	15,6
<b>Итого:</b>				<b>530</b>	<b>75</b>	<b>850,75</b>	<b>22,685</b>	<b>26,717</b>	<b>98,621</b>

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

Директор школы: \_\_\_\_\_



Голубятникова Н. А.

Сахарова И. Е.

**Меню для обеспечения питания детей начальной школы  
с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата 04.10.2022

День: День 2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы
<b>1 смена</b>									
Завтрак	горячее блюдо	210	Омлет натуральный с маслом 120/10	130	39	157,329	8,55	13,49	23,4
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	9	74,643	0,005	8,288	0,008
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	горячие напитки	№379	Напиток кофейный с молоком(200)	200	12,5	112,202	3,3	2,53	19,058
<b>Итого:</b>				<b>400</b>	<b>64,5</b>	<b>493,484</b>	<b>16,943</b>	<b>25,543</b>	<b>71,927</b>
Обед	закуска	№71	Овощи натуральные свежие (20гр)(огурец)	20	4,5	3,053	0,168	0,021	0,547
	1 блюдо	№88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной (200/8)	208	14,5	104,349	2,367	5,893	10,46
	2 блюдо	№279/33 1	Гёфтели из говядины в сметанно-томатном соусе (60/50)	110	39,5	169,576	9,015	10,823	9,026
	гарнир	№ 171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом (150)	150	18,5	273,253	9,059	6,531	44,56
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
<b>Итого:</b>				<b>748</b>	<b>87,5</b>	<b>782,89</b>	<b>26,263</b>	<b>24,503</b>	<b>114,326</b>
<b>Итого: Завтрак и обед</b>				<b>1148</b>	<b>152</b>	<b>1276,37</b>	<b>43,206</b>	<b>50,046</b>	<b>186,253</b>
<b>2 смена</b>									
Обед 1	закуска	№71	Овощи натуральные свежие	30	7,28	3,053	0,168	0,021	0,547
	1 блюдо	№88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной (200/8)	208	14,5	104,349	2,367	5,893	10,46
	2 блюдо	№279/33 1	Гёфтели из говядины в сметанно-томатном соусе (60/50)	110	39,5	169,576	9,015	10,823	9,026
	гарнир	№ 171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом (150)	150	18,5	273,253	9,059	6,531	44,56
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
<b>Итого:</b>				<b>758</b>	<b>90,28</b>	<b>782,89</b>	<b>26,263</b>	<b>24,503</b>	<b>114,326</b>
Полдник	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	кулинарное изделие	пр	Кулинарные изделия (75гр)	75	20	95,753	2,082	2,723	15,73
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	16,72	39,72	0,04	0,04	9,8
<b>Итого:</b>				<b>375</b>	<b>61,72</b>	<b>235,473</b>	<b>2,122</b>	<b>2,763</b>	<b>47,53</b>
<b>Итого: обед и полдник</b>				<b>1133</b>	<b>152</b>	<b>1018,36</b>	<b>28,385</b>	<b>27,266</b>	<b>161,856</b>

Заведующий производством:

Голубятникова Н. А.

Директор школы

Сахарова И. Е.



## Меню для обеспечения питания детей начальной школы с 1-4 класс .

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата 05.10.2022

 День: 3 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячие блюда	275/2	Каша вязкая молочная овсяная с яблоком	230	33,19	286	8,765	11,448	42,213
	кулинарное изделие	14	Бутерброд горячий с сыром (50)	50	20	139,58	6,166	5,3	9,29
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
		пр	Кондитерское изделие	35	15	122,08	2,3	3,52	20,3
<b>Итого:</b>				<b>515</b>	<b>73,19</b>	<b>589,882</b>	<b>17,438</b>	<b>20,327</b>	<b>82,019</b>
Обед	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие в нарезке	40	13,78	10,071	0,518	0,094	1,788
	1 блюдо	№82	Борщ с капустой свежей, картофелем и сметаной (200/8)	208	18	126,2	5,43	8,87	13,486
	2 блюдо	тгк 720	Рис с овощами и курицей (230гр.)	230	45	374,62	16,83	14,088	45,649
	сладкое	951	Напиток из яблук и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
<b>Итого:</b>				<b>738</b>	<b>90,28</b>	<b>710,626</b>	<b>27,975</b>	<b>24,315</b>	<b>102,819</b>

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата 06.10.2022

 День: 4 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-3 3	Овощи натуральные свежие в нарезке	25	9,19	5,205	0,269	0,057	0,904
	2 блюдо	352/2	Гуфтели рыбные "Морские" в сметанном соусе	110	32	123,75	9,072	14,28	9,716
	гарнир	128	Картофельное пюре (150)	150	23	200,603	4,58	5,71	32,723
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
<b>Итого:</b>				<b>545</b>	<b>73,19</b>	<b>521,09</b>	<b>19,216</b>	<b>21,341</b>	<b>83,02</b>
Обед	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие	15	5,28	3,776	0,194	0,035	0,671
	1 блюдо	№96	Рассольник ленинградский со сметаной(200/8)	208	20,5	181,52	5,72	6,099	18,937
	2 блюдо	352/2	Гуфтели рыбные "Морские" в сметанном соусе	110	32	123,75	9,072	14,28	9,716
	гарнир	128	Картофельное пюре (150)	150	23	200,603	4,58	5,71	32,723
	сладкое	342	Компот из св.яблок (200гр)	200	5,5	48,659	0,009	0,009	12,135
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
<b>Итого:</b>				<b>743</b>	<b>90,28</b>	<b>707,618</b>	<b>24,663</b>	<b>27,368</b>	<b>103,643</b>

Заведующий производством:

Голубятникова Н. А.

Директор школы

Сахарова И. Е.



## Меню для обеспечения питания детей начальной школы с 1-4 класс .

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата 07.10.2022

 День: 5 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	224	Запеканка из творога со сгущенным молоком (120/30)	150	54	406,905	17,168	14,909	51,013
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячий напиток	№376	Чай с сахаром(200)	200	3	41,167	0,2	0,051	9,977
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко	120	14,19	39,72	0,04	0,04	9,8
<b>Итого:</b>				<b>500</b>	<b>73,19</b>	<b>559,792</b>	<b>19,796</b>	<b>15,245</b>	<b>85,851</b>
Обед	закуска	70	Овощи натуральные свежие	25	6,28	3,816	0,211	0,026	0,684
	Первые блюда	№99	Суп из овощей со сметаной(200/8)	208	17,5	120,674	2,427	6,007	14,226
	2 блюдо	тгк 724/332	Рулет из мяса кур с сыром и яйцом с сметанно-томатным соусом	100	45	198,799	13,843	14,255	3,784
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПП	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
<b>Итого:</b>				<b>743</b>	<b>90,28</b>	<b>780,987</b>	<b>27,992</b>	<b>26,562</b>	<b>107,493</b>

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата                     

 День: 6 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№ 173	Каша вязкая пшениная молочная с маслом ( 200/10)	210	26	286,32	12,8	11,45	44,249
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	9	74,643	0,005	6,28	0,008
	горячие напитки	№379	Напиток кофейный с молоком(200)	200	12,5	112,202	3,3	2,53	19,058
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	160	23,69	39,72	0,04	0,04	9,8
<b>Итого:</b>				<b>610</b>	<b>73,19</b>	<b>584,885</b>	<b>18,533</b>	<b>20,545</b>	<b>88,176</b>
Обед	закуска	№71	Овощи натуральные свежие	20	4,78	3,053	0,06	0,021	0,547
	1 блюда	№102	Суп картофельный с бобовыми (горохом ) ( 200)	200	11,5	140,218	5,239	4,579	19,513
	2 блюдо	№268	Шницель из говядины с соусом сметанно-томатным	110	42	188,575	11,216	13,304	10,74
	гарнир	№ 171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом (150)	150	18,5	273,253	6,059	6,531	44,56
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПП	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	сладкое	951	Напиток из яблоск и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
<b>Итого:</b>				<b>740</b>	<b>90,28</b>	<b>804,834</b>	<b>27,771</b>	<b>25,698</b>	<b>117,256</b>

Заведующий производством:

Голубятникова Н. А.

Директор школы:

Сахарова И. Е.

**Меню для обеспечения питания детей начальной школы  
с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата 05.10.2022

День: День 3

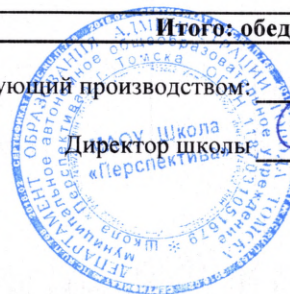
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы
<b>1 смена</b>									
Завтрак	горячее блюдо	275/2	Каша вязкая молочная овсяная с яблоком	230	33,19	280,459	7,037	12,792	34,295
	кулинарное изделие	14	Бутерброд горячий с сыром (50)	50	20	239,558	6,166	15,303	19,292
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	конд.изд	ПР	Кондитерское изделие	35	15	72	2,388	0,245	15,061
<b>Итого:</b>				<b>515</b>	<b>73,19</b>	<b>634,239</b>	<b>15,798</b>	<b>28,399</b>	<b>78,864</b>
Обед	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие	15	5,31	3,776	0,194	0,035	0,671
	1 блюдо	№82	Борщ с капустой свежей,картофелем и сметаной (200/8)	208	18	156,5	2,433	5,873	13,486
	2 блюдо	тгк	Рис с овощами и курицей (200гр.)	200	42	359,813	9,233	14,656	47,745
	сладкое	951	Напиток из ябллок и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	<b>Итого:</b>				<b>683</b>	<b>78,81</b>	<b>719,824</b>	<b>17,057</b>	<b>21,827</b>
<b>Итого: Завтрак и обед</b>				<b>1198</b>	<b>152</b>	<b>1354,06</b>	<b>32,855</b>	<b>50,226</b>	<b>182,662</b>
<b>2 смена</b>									
Обед 1	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие ( помидоры) в нарезке (40)	40	13,78	10,071	0,518	0,094	1,788
	1 блюда	№82	Борщ с капустой свежей,картофелем и сметаной (200/8)	208	18	156,5	2,433	5,873	13,486
	2 блюдо	тгк 720	Рис с овощами и курицей (230гр.)	230	45	344,712	8,831	14,088	45,649
	сладкое	951	Напиток из ябллок и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>738</b>	<b>90,28</b>	<b>711,018</b>	<b>16,979</b>	<b>21,318</b>
Полдник	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие(75гр)	75	20	107,381	4,953	7,279	5,515
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	16,72	39,72	0,04	0,04	9,8
<b>Итого:</b>				<b>375</b>	<b>61,72</b>	<b>247,101</b>	<b>4,993</b>	<b>7,319</b>	<b>37,315</b>
<b>Итого: обед и полдник</b>				<b>1113</b>	<b>152</b>	<b>958,119</b>	<b>21,972</b>	<b>28,637</b>	<b>140,134</b>

Заведующий производством:

Голубятникова Н. А.

Директор школы:

Сахарова И. Е.



**Меню для обеспечения питания детей начальной школы  
с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата 06.10.2022

День: День 4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы
<b>1 смена</b>									
Завтрак	горячее блюдо	№204	Макаронные изделия отварные с тертым сыром	170	30,5	322,562	11,884	14,587	35,935
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	кисломолочный продукт	пр	Кисломолочный продукт(йогурт100гр)	100	24,22	74,9	2,5	0,1	16
	<b>Итого:</b>				<b>500</b>	<b>61,72</b>	<b>511,684</b>	<b>16,979</b>	<b>14,991</b>
Обед	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие (15гр) (помидор)	15	5,28	3,776	0,194	0,035	0,671
	1 блюдо	№96	Рассольник ленинградский со сметаной(200/8)	208	20,5	141,527	2,721	6,099	18,937
	2 блюдо	352/2	Тефтели рыбные "Морские" в сметанном соусом	110	32	183,75	9,072	4,289	9,716
	гарнир	128	Картофельное пюре (150)	150	23	200,603	4,58	5,71	32,723
	сладкое	342	Компот из св.яблок (200гр)	200	5,5	48,659	0,009	0,009	12,135
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>743</b>	<b>90,28</b>	<b>727,625</b>	<b>21,664</b>	<b>17,377</b>
<b>Итого: Завтрак и обед</b>				<b>1243</b>	<b>152</b>	<b>1239,31</b>	<b>38,643</b>	<b>32,368</b>	<b>180,855</b>
<b>2 смена</b>									
Обед 1	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие (15гр) (помидор)	15	5,28	3,776	0,194	0,035	0,671
	1 блюдо	№96	Рассольник ленинградский со сметаной(200/8)	208	20,5	141,527	2,721	6,099	18,937
	2 блюдо	352/2	Тефтели рыбные "Морские" в сметанном соусом	110	32	183,7	9,072	4,289	9,716
	гарнир	128	Картофельное пюре (150)	150	23	200,603	4,58	5,71	32,723
	сладкое	342	Компот из св.яблок (200гр)	200	5,5	48,659	0,009	0,009	12,135
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>743</b>	<b>90,28</b>	<b>727,575</b>	<b>21,664</b>	<b>17,377</b>
Полдник	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	кулинарное изделие	пр	Кулинарные изделия (75гр)	75	20	91,801	2,23	1,876	16,499
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	16,72	39,72	0,04	0,04	9,8
<b>Итого:</b>				<b>375</b>	<b>61,72</b>	<b>231,521</b>	<b>2,27</b>	<b>1,916</b>	<b>48,299</b>
<b>Итого: обед и полдник</b>				<b>1118</b>	<b>152</b>	<b>959,096</b>	<b>23,934</b>	<b>19,293</b>	<b>151,942</b>

Заведующий производством:

Голубятникова Н. А.

Директор школы

Сахарова И. Е.



**Меню для обеспечения питания детей начальной школы  
с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата 07.10.2022

День: День 5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы
<b>1 смена</b>									
Завтрак	горячее блюдо	224	Запеканка из творога со сгущенным молоком (120/30)	150	54	406,905	17,168	14,909	51,013
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячий напиток	№376	Чай с сахаром(200)	200	3	41,167	0,2	0,051	9,977
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	14,19	39,72	0,04	0,04	9,8
	<b>Итого:</b>				<b>480</b>	<b>73,19</b>	<b>559,792</b>	<b>19,796</b>	<b>15,245</b>
Обед	1 блюда	№99	Суп из овощей со сметаной(200/8)	208	17,5	120,674	2,427	6,007	14,226
	2 блюдо	тгк 724	Рулет из мяса кур с сыром и яйцом	90	39,81	198,799	13,843	14,255	3,784
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>708</b>	<b>78,81</b>	<b>777,171</b>	<b>27,781</b>	<b>26,536</b>
<b>Итого: Завтрак и обед</b>				<b>1188</b>	<b>152</b>	<b>1336,96</b>	<b>47,577</b>	<b>41,781</b>	<b>192,66</b>
<b>2 смена</b>									
Обед 1	закуска	54-3 3	Овощи натуральные свежие ( помидоры) в нарезке (20)	20	6,28	5,205	0,269	0,057	0,904
	Первые блюда	№99	Суп из овощей со сметаной(200/8)	208	17,5	120,674	2,427	6,007	14,226
	2 блюдо	тгк 724	Рулет из мяса кур с сыром и яйцом	100	45	198,799	13,843	14,255	3,784
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>738</b>	<b>90,28</b>	<b>782,376</b>	<b>28,05</b>	<b>26,593</b>
Полдник	кулинарное изделие		Кулинарное изделия (75гр)	75	20	278,272	3,341	9,388	45,104
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	16,72	39,72	0,04	0,04	9,8
<b>Итого:</b>				<b>375</b>	<b>61,72</b>	<b>417,992</b>	<b>3,381</b>	<b>9,428</b>	<b>76,904</b>
<b>Итого: обед и полдник</b>				<b>1113</b>	<b>152</b>	<b>1200,37</b>	<b>31,431</b>	<b>36,021</b>	<b>184,617</b>

Заведующий производством:

Голубятникова Н. А.

Директор школы

Сахарова И. Е.





**Меню для обеспечения питания детей  
с ограниченными возможностями здоровья с 12 лет и старше.**

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата

05.10.2022

День: День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	173	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом(250/10гр)	260	31,00	188,775	6,539	7,187	24,484
	кулинарное изделие	14	Бутерброд горячий с сыром (50)	50	20	239,558	6,166	15,303	19,292
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	кондит.издел	338	Гематоген витаминизированный	35	15,00	236,25	3,75	1,25	52,5
<b>Итого:</b>				<b>545</b>	<b>71,00</b>	<b>706,805</b>	<b>16,662</b>	<b>23,799</b>	<b>106,492</b>
Обед	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие (огурец) в нарезке	35	9,00	4,749	0,263	0,042	0,831
	1 блюдо	№82	Борщ с капустой свежей,картофелем и сметаной	260	22,5	145	3	7,25	16,85
	2 блюдо	№460	Рис с овощами и курицей	250	50,00	541,25	19,37	28,75	51,22
	сладкое	951	Напиток из яблок и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2,00	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2,00	77,31	2,7	0,99	14,4
<b>Итого:</b>				<b>805</b>	<b>95,00</b>	<b>890,734</b>	<b>27,83</b>	<b>37,305</b>	<b>110,797</b>
<b>Итого 1 смена :</b>				<b>1350</b>	<b>166,00</b>	<b>1597,539</b>	<b>44,492</b>	<b>61,104</b>	<b>217,289</b>

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата

06.10.2022

День: День 4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	№204	Макаронные изделия отварные с тертым сыром	180	37	322,562	11,884	14,587	35,935
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	кисломолочный продукт	пр	Кисломолочный продукт(йогурт100гр)	100	30	74,9	2,5	0,1	16
<b>Итого:</b>				<b>510</b>	<b>74,00</b>	<b>511,684</b>	<b>16,979</b>	<b>14,991</b>	<b>77,212</b>
Обед	1 блюдо	№96	Рассольник ленинградский со сметаной	260	26	141,527	2,721	6,099	18,937
	2 блюдо	353/2	Тефтели рыбные "Морские" в сметанном соусом	115	33,50	125,61	8,893	5,651	9,796
	гарнир	№128	Картофельное пюре (150)	150	23,00	200,603	4,58	5,71	32,723
	сладкое	342	Компот из св.яблок (200гр)	200	5,50	48,659	0,009	0,009	12,135
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2,00	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2,00	72	2,388	0,245	15,061
<b>Итого:</b>				<b>785</b>	<b>92,00</b>	<b>665,709</b>	<b>21,291</b>	<b>18,704</b>	<b>103,052</b>
<b>Итого 1 смена :</b>				<b>1295</b>	<b>166</b>	<b>1177,393</b>	<b>38,27</b>	<b>33,695</b>	<b>180,264</b>

Заведующий производством:

Директор школы:

Голубятникова Н. А.

Сахарова И. Е.

## Меню для обеспечения питания детей с ограниченными возможностями здоровья с 12 лет и старше.

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: 07.10.2022 День: День 5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	224	Запеканка из творога со сгущенным молоком (120/30)	150	54,00	406,905	17,168	14,909	51,013
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2,00	72	2,388	0,245	15,061
	горячий напиток	№376	Чай с сахаром(200)	200	3,00	41,167	0,2	0,051	9,977
	фрукт	388	Фрукт яблоко	150	18,50	236,25	3,75	1,25	52,5
<b>Итого:</b>				<b>530</b>	<b>77,50</b>	<b>756,322</b>	<b>23,506</b>	<b>16,455</b>	<b>128,551</b>
Обед	1 блюда	№99	Суп из овощей со сметаной	260	22	150	3	7,5	17,75
	2 блюда	ттк 724/332	Рулет из мяса кур с сыром и яйцом с сметанно-томатным соусом	100	45	198,799	13,843	14,255	3,784
	гарнир	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11,00	289,481	7,013	8,218	46,866
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2,00	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2,00	77,31	2,7	0,99	14,4
	<b>Итого:</b>				<b>770</b>	<b>88,50</b>	<b>870,939</b>	<b>29,51</b>	<b>31,208</b>
<b>Итого 1 смена :</b>				<b>1300</b>	<b>166,00</b>	<b>1627,261</b>	<b>53,016</b>	<b>47,663</b>	<b>246,684</b>

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: 08.10.2022 День: суббота

Прием	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	210	Омлет натуральный с маслом	150	46	157,329	5,55	13,49	3,429
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	9,00	74,643	0,005	8,288	0,008
	фрукт	388	Фрукт	100	16	236,25	3,75	1,25	52,5
	<b>Итого:</b>				<b>490</b>	<b>78</b>	<b>582,444</b>	<b>11,9</b>	<b>23,332</b>
Обед	1 блюдо	№88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	18,5	130	2,8	7,25	13,07
	2 блюдо		Котлета из горбуши "Дружба" в сметан/том соусе	100	38	155,105	11,168	8,446	8,604
	гарнир	200	Пюре из бобовых и картофеля "Загадка"	150	21	449,48	26,66	7,68	68,4
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	87	3,7	1,2	15,6
	<b>Итого:</b>				<b>770</b>	<b>88</b>	<b>976,934</b>	<b>47,282</b>	<b>24,821</b>
<b>Итого 1 смена :</b>				<b>1260</b>	<b>166</b>	<b>1559,378</b>	<b>59,182</b>	<b>48,153</b>	<b>222,221</b>

Заведующий производством

Директор школы



Голубятникова Н. А.

Сахарова И. Е.