

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

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата 11.11.2022

 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	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	120	14,19	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				500	73,19	559,792	19,796	15,245	85,851
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	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
	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
	Итого:				743	90,28	780,987	27,992	26,562

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата 14.11.2022

 День: 6 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№ 173	Каша вязкая пшеничная 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	ПР	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
Итого:				610	73,19	584,885	18,533	20,545	88,176
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	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
	сладкое	951	Напиток из яблок и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
Итого:				740	90,28	804,834	27,771	25,698	117,256

Заведующий производством:

Голубятникова Н. А.

Директор школы

Сахарова И. Е.



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

 Школа:

 Дата

 День:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	№204	Макаронные изделия отварные с тертым сыром	170	30,5	322,562	11,884	16,58	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	35,69	74,9	2,5	0,1	16
Итого:				500	73,19	511,684	16,979	16,984	77,212
Обед	закуска	54-3 3	Овощи натуральные свежие в нарезке	25	8,28	5,205	0,02	0,057	0,904
	1 блюдо	№96	Рассольник ленинградский со сметаной(200/8)	208	20,5	141,527	2,721	6,099	18,937
	2 блюдо	№ 294	Котлета рубленая из птицы в сметанно-томатном соусе	125	41	264,843	12,49	14,9	13,694
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	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
Итого:				768	90,28	834,583	26,185	27,339	114,197

 Школа:

 Дата

 День:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	210	Омлет натуральный с маслом 120/10	130	39	257,32	15,55	13,49	33,49
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	9	74,643	0,005	8,288	0,8
	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
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	150	18,19	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				520	73,19	485,905	18,19	22,122	69,367
Обед	закуска	70	Овощи натуральные свежие	25	6,28	3,816	0,211	0,026	0,684
	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	ттк 600	Котлета из горбуши "Дружба" в сметан/том соусе	100	38	169,449	12,074	9,013	10,008
	гарнир	200	Пюре из бобовых и картофеля "Загадка" 150	150	21	254,82	6,22	8,408	37,06
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	(30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	сладкое	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
Итого:				743	90,28	765,093	26,526	24,575	107,945

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 17.11.2022

 День: 9 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	1 блюдо	№120	Суп молочный с макаронными изделиями	200	15,5	123,051	4,677	4,014	17,054
	кулинарное изделие	14	Бутерброд горячий с сыром (50)	50	20	239,558	8,16	12,3	21,29
	горячие напитки	№379	Напиток кофейный с молоком(200)	200	12,5	112,202	3,3	2,53	19,058
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	150	25,19	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				600	73,19	514,531	16,177	18,884	67,202
Обед	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие в нарезке	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	186,16	12,43	9,87	13,486
	2 блюдо	ттк 720	Рис с овощами и курицей (230гр.)	230	45	344,712	8,831	14,088	45,649
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	(30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	сладкое	951	Напиток из яблок и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
	Итого:				738	90,28	740,678	26,976	25,315

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата 18.11.2022

 День: 10 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-3 3	Овощи натуральные свежие в нарезке	35	12,19	7,723	0,398	0,081	1,351
	2 блюдо	№ 294	Котлета рубленая из птицы в сметанно-томатном соусе	105	41	164,83	4,49	13,9	7,69
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	29,02
	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
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
Итого:				550	73,19	589,124	16,04	20,314	77,738
Обед	закуска	45	Салат из белокочанной капусты с морковью	50	5,78	85,573	0,23	6,073	6,493
	1 блюдо	№103	Суп картофельный с макаронными изделиями(200)	200	10	121,264	2,961	2,507	21,714
	2 блюдо	№ 259	Жаркое по-домашнему из говядины(200)	200	65	343,456	18,804	16,177	30,661
	сладкое	342	Компот из св.яблок (200гр)	200	5,5	48,659	0,009	0,009	12,135
	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
Итого:				710	90,28	748,262	27,092	26,001	100,464

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 14.11.2022 День: День 6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2 блюдо	№268	Шницель из говядины с соусом сметанно-томатным	110	42	188,575	11,216	10,304	12,744
	гарнир	№ 171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом (150)	150	18,5	273,253	9,059	6,531	44,56
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	77,31	2,7	0,99	14,4
	сладкое	951	Напиток из яблок и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
Итого:				540	75,00	661,56	25,47	18,10	99,20

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 15.11.2022 День: День 7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-3 3	Овощи натуральные свежие (помидоры) в нарезке	30	11	5,205	0,269	0,057	0,904
	2 блюдо	№ 294	Котлета, рубленная из птицы в сметанном соусе	105	41	261,73	13,702	19,561	7,72
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	180	13,5	270	6,96	6	46,8
	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
	Итого:				695	75	954,738	31,616	31,844

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 16.11.2022 День: День 8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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	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	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
	Итого:				530	75	850,75	44,693	17,597

Заведующий производством: _____

Директор школы: _____



Голубятникова Н. А.

Сахарова И. Е.

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

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 17.11.2022 День: День 9

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие	35	11,5	2,289	0,126	0,016	0,411
	2 блюдо	тгк	Рис с овощами и курицей	250	50	448,75	11,5	18,25	59,67
	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
	сладкое	951	Напиток из яблок и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
Итого:				545	75	650,774	16,823	19,529	101,977

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 18.11.2022 День: День 10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие	10	2,5	2,289	0,126	0,016	0,411
	2 блюдо	№ 259	Жаркое по-домашнему из говядины(200)	200	65	543,56	18,804	16,177	30,661
	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	2,00	72	2,388	0,245	15,061
Итого:				440	75	666,508	21,327	16,447	58,268

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 19.11.2022 День: суббота

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-3 3	Овощи натуральные свежие (помидоры) в нарезке	30	11	5,205	0,269	0,057	0,904
	2 блюдо	№ 294	Котлета, рубленная из птицы в сметанном соусе	105	41	261,73	13,702	19,561	7,72
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	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
Итого:				695	75	954,738	31,616	31,844	135,182

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: 14.11.2022 День: День 6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	275/2	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	260	32,50	280,459	7,037	12,792	34,295
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	9,00	74,643	0,005	8,288	0,008
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2,00	72	2,388	0,245	15,061
		338	Фрукт 1 шт	100	21,50	38,3	0,8	0,3	8,1
	горячие напитки	№379	Кофейный напиток (200)	200	12,50	112,202	3,3	2,53	19,058
Итого:				600	77,50	577,604	13,53	24,155	76,522
Обед	1 блюда	№102	Суп картофельный с бобовыми (горохом) Биточек, Шницель из говядины с соусом сметанно-томатным	250	14,5	175	6,5	5,6	24,37
	2 блюда	№268	Каша рассыпчатая	110	42	189,1	12,32	11,33	14
	гарнир	№ 171	гречневая с маслом (150)	150	18,5	273,253	9,059	6,531	44,56
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	сладкое	951	Напиток из яблок и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
Итого:				770	88,50	837,088	33,076	24,724	124,826
Итого 1 смена :				1370	166,00	1414,692	46,606	48,879	201,348

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: 15.11.2022 День: День 7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	№204	Макаронные изделия отварные с тертым сыром(180)	180	37	351,075	12,938	15,898	39,06
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячий напиток	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	кисломолочный продукт	пр	Кисломолочный продукт(йогурт100гр)	100	34,5	74,9	2,5	0,1	16
Итого:				510	78,5	540,197	18,033	16,302	80,337
Обед	1 блюда	№96	Рассольник ленинградский со сметаной	260	26	141,527	2,721	6,099	18,937
	2 блюда	№ 294	Котлета, рубленая из птицы в сметанном соусе	105	41	261,73	13,702	19,561	7,72
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	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
Итого:				775	87,5	826,265	27,377	31,943	107,319
Итого 1 смена :				1285	166	1366,462	45,41	48,245	187,656

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: 16.11.2022 День: День 8

Прием пищи	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
Итого:				490	78	582,444	11,9	23,332	81,214
Обед	1 блюдо	№88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	18,5	130	2,8	7,25	13,07
	2 блюдо	ттк 600	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
Итого:				770	88	976,934	47,282	24,821	141,007
Итого 1 смена :				1260	166	1559,378	59,182	48,153	222,221

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: 17.11.2022 День: День 9

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	№120	Суп молочный с макаронными изделиями (250)	250	20	153,813	5,846	5,018	21,318
	бутерброд	7	Бутерброд горячий с сыром	50	20	72	2,388	0,245	15,061
	горячие напитки	№379	Кофейный напиток (200)	200	12,5	112,202	3,3	2,53	19,058
	фрукт	388	Фрукт	250	21,5	236,25	3,75	1,25	52,5
Итого:				750	74	574,265	15,284	9,043	107,937
Обед	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие (огурец) в нарезке	20	6,00	4,749	0,263	0,042	0,831
	1 блюда	№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
Итого:				790	92	890,734	27,83	37,305	110,797
Итого 1 смена :				1540	166	1464,999	43,114	46,348	218,734

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

18.11.2022

День: **День 10**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	181	Каша жидкая молочная из манной крупы с	260	32,50	189,298	6,336	5,436	28,757
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	9,00	74,643	0,005	8,288	0,008
	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
			338	Фрукт 1 шт	100	23,50	38,3	0,8	0,3
Итого:				600	70,00	415,408	9,729	14,32	61,903
Обед	закуска	№71	Овощи натуральные свежие	35	9	3,053	0,168	0,021	0,547
	1 блюдо	№103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	12,5	151,25	3,62	3,125	27,12
	2 блюдо	№ 259	Жаркое по-домашнему из говядины(200)	200	65	543,56	18,804	16,177	30,661
	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	(30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
Итого:				745	96	895,832	27,689	20,567	99,924
Итого 1 смена :				1345	166,00	1311,24	37,418	34,887	161,827

Школа: **МАОУ ШКОЛА "Перспектива"**

Дата

19.11.2022

День: **суббота**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	№204	Макаронные изделия отварные с тертым сыром(180)	180	37	351,075	12,938	15,898	39,06
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	горячий напиток	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	кисломолочный продукт	пр	Кисломолочный продукт(йогурт100гр)	100	34,5	74,9	2,5	0,1	16
Итого:				510	78,5	540,197	18,033	16,302	80,337
Обед	1 блюдо	№96	Рассольник ленинградский со сметаной	260	26	141,527	2,721	6,099	18,937
	2 блюдо	№ 294	Котлета, рубленая из птицы в сметанном соусе	105	41	261,73	13,702	19,561	7,72
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	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
Итого:				775	87,5	826,265	27,377	31,943	107,319
Итого 1 смена :				1285	166	1366,462	45,41	48,245	187,656

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 14.11.2022

День: День 6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена									
Завтрак	гор.блюдо	№ 173	Каша вязкая пшениная молочная с маслом (200/10)	210	26	324,468	9,83	12,465	44,249
	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
	горячие напитки	№379	Напиток кофейный с молоком(200)	200	12,5	112,202	3,3	2,53	19,058
	Фрукт	№338	Фрукт.яблоко (1)	100	23,69	39,72	0,04	0,04	9,8
	Итого:				550	73,19	623,033	15,563	23,568
Обед	1 блюда	№102	Суп картофельный с бобовыми (горохом) (200)	200	11,5	140,218	5,239	4,579	19,513
	2 блюдо	№268	Биточек. Шницель из говядины с соусом сметанно-томатным	100	35	188,575	11,216	10,304	12,744
	гарнир	№ 171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом (150)	150	18,5	273,253	9,059	6,531	44,56
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,31	77,31	2,7	0,99	14,4
	сладкое	951	Напиток из яблок и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
	Итого:				720	78,81	801,781	30,711	22,677
Итого: Завтрак и обед				1270	152	1424,81	46,274	46,245	206,889
2 смена									
Обед I	закуска	№71	Овощи натуральные свежие (20гр)(огурец)	20	4,78	3,053	0,168	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	Биточек. Шницель из говядины с соусом сметанно-томатным(60/50)	110	42	188,575	11,216	10,304	12,744
	гарнир	№ 171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом (150)	150	18,5	273,253	9,059	6,531	44,56
	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
	сладкое	951	Напиток из яблок и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
	Итого:				740	90,28	804,834	30,879	22,698
Полдник	кулинарное изделия		Кулинарное изделия (75гр)	75	20	86,626	2,292	3,121	12,343
	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
Итого:				375	61,72	226,346	2,332	3,161	44,143
Итого: обед и полдник				1115	152	1031,18	33,211	25,859	163,403

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 15.11.2022

День: День 7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	лорийно	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена									
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	35,69	74,9	2,5	0,1	16
Итого: Завтрак и обед				500	73,19	511,684	16,979	14,991	77,212
2 смена									
Обед	1 блюдо	№96	Рассольник ленинградский со сметаной(200/8)	208	20,5	141,527	2,721	6,099	18,937
	2 блюдо	294	Котлета, рубленая из птицы в сметанном соусе(60/30)	90	30	135,677	10,273	7,932	5,799
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	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
	Итого:				733	78,81	705,417	24,217	20,371
Итого: Завтрак и обед				1233	152	1217,1	41,196	35,362	183,514
2 смена									
Обед 1	закуска	54-3 3	Овощи натуральные свежие (помидоры) в нарезке	30	8,28	5,205	0,269	0,057	0,904
	1 блюдо	№96	Рассольник ленинградский со сметаной(200/8)	208	20,5	141,527	2,721	6,099	18,937
	2 блюдо	№ 294	Котлета рубленая из птицы в сметанно-томатном соусе(75/50)	125	41	264,843	14,49	16,9	13,694
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	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
Итого:				773	90,28	834,583	28,434	29,339	114,197
Полдник	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	кулинарное изделие	410	Кулинарное изделие(75гр)	75	20	107,381	4,953	7,279	5,515
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	16,72	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				375	61,72	247,101	4,993	7,319	37,315
Итого: обед и полдник				1148	152	1081,68	33,427	36,658	151,512

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: 16.11.2022

 День: День 8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийно	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена									
Завтрак	горячее блюдо	210	Омлет натуральный с маслом 120/10	130	39	257,32	15,55	13,49	33,42
	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
	Фрукт	№338	Фрукт.яблоко (1)	100	18,19	39,72	0,04	0,04	9,8
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
Итого:				470	73,19	485,905	18,19	22,122	68,505
Обед	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	ТТК 600	Котлета из горбуши "Дружба" в сметан/том соусе(60/50гр.)	110	32,81	156,229	11,332	8,498	8,604
	гарнир	200	Пюре из бобовых и картофеля "Загадка" 150	150	21	374,572	9,22	6,408	57,006
	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
	Итого:				728	78,81	867,809	28,573	22,034
Итого: Завтрак и обед				1198	152	1353,71	46,763	44,156	194,308
2 смена									
Обед 1	закуска	70	Овощи натуральные свежие (25гр) (огурец)	25	6,28	3,816	0,211	0,026	0,684
	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	ткк 600	Котлета из горбуши "Дружба" в сметан/том соусе(70/50гр.)	120	38	169,449	12,074	9,013	10,008
	гарнир	200	Пюре из бобовых и картофеля "Загадка" 150	150	21	374,572	9,22	6,408	57,006
	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
Итого:				763	90,28	884,845	29,526	22,575	127,891
Полдник	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	кулинарное изделие	пр	Кулинарные изделия (75гр)	75	20	107,381	4,953	7,279	5,515
	Фрукт	№338	Фрукт.яблоко (1)	100	16,72	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				375	61,72	247,101	4,993	7,319	37,315
Итого: обед и полдник				1138	152	1131,95	34,519	29,894	165,206

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: 17.11.2022

День: День 9

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	лорийно	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена									
Завтрак	1 блюдо	№120	Суп молочный с макаронными изделиями (200)	200	15,5	123,051	8,67	4,014	17,054
	кулинарное изделие	14	Бутерброд горячий с сыром (50)	50	20	239,558	6,166	15,303	19,292
	горячие напитки	№379	Напиток кофейный с молоком(200)	200	12,5	112,202	3,3	2,53	19,058
	Фрукт	№338	Фрукт.яблоко (1)	150	25,19	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				600	73,19	514,531	18,176	21,887	65,204
Обед	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие (15гр) (помидор)	15	5,31	3,776	0,194	0,035	0,671
	1 блюда	№82	Борщ с капустой свежей,картофелем и сметаной (200/8)	208	18	116,527	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 яблок 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
Итого:				683	78,81	679,851	17,057	21,827	103,798
Итого: Завтрак и обед				1283	152	1194,38	35,233	43,714	169,002
2 смена									
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	116,527	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
	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
	сладкое	951	Напиток из яблок и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
Итого:				738	90,28	671,045	16,979	21,318	102,819
Полдник	кулинарное изделия		Кулинарное изделия (75гр)	75	20	86,626	2,292	3,121	12,343
	Фрукт	№338	Фрукт.яблоко (1)	100	16,72	39,72	0,04	0,04	9,8
	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
Итого:				375	61,72	226,346	2,332	3,161	44,143
Итого: обед и полдник				1113	152	897,391	19,311	24,479	146,962

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 18.11.2022

День: День 10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	лорийно	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена									
Завтрак	горячее блюдо	№ 174	Каша вязкая молочная рисовая с маслом (200/10)	210	26	294,55	16,11	11,24	42,237
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	9	74,643	0,005	8,288	0,008
	горячий напиток	№376	Чай с сахаром(200)	200	3	41,167	0,2	0,051	9,977
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	Фрукт	№338	Фрукт.яблоко (1)	100	21,72	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				550	61,72	522,08	18,743	19,864	77,083
Обед	закуска	№71	Овощи натуральные свежие (20гр)(огурец)	20	5,78	3,053	0,168	0,021	0,547
	1 блюдо	№103	Суп картофельный с макаронными изделиями(200)	200	10	121,264	2,961	2,507	21,714
	2 блюдо	№ 259	Жаркое по-домашнему из говядины(200)	200	65	343,456	18,804	16,177	30,661
	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
Итого:				680	90,28	665,742	27,03	19,949	94,518
Итого: Завтрак и обед				1230	152	1187,82	45,773	39,813	171,601
2 смена									
Обед 1	закуска	45	Салат из белокочанной капусты с морковью	50	5,78	85,573	1,237	6,073	6,493
	1 блюдо	№103	Суп картофельный с макаронными изделиями(200)	200	10	121,264	2,961	2,507	21,714
	2 блюдо	№ 259	Жаркое по-домашнему из говядины(200)	200	65	343,456	18,804	16,177	30,661
	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
Итого:				710	90,28	748,262	28,099	26,001	100,464
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
Итого:				375	61,72	247,101	4,993	7,319	37,315
Итого: обед и полдник				1085	152	995,363	33,092	33,32	137,779

Заведующий производством:

Голубятникова Н. А.

Директор школы

Сахарова И. Е.

