

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

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата 27.12.2022

 День: 7 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
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

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата

 День: 8 день

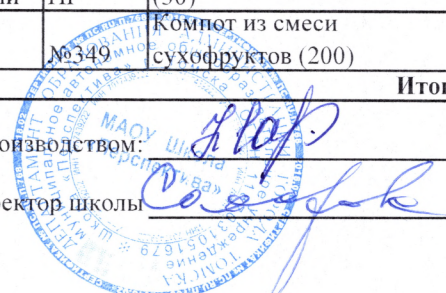
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	210	Омлет натуральный с маслом 120/10	130	39	257,32	15,55	13,49	33,49
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	9	74,643	0,005	8,288	0,8
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	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	тк 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

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 23.12.2022

 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 26.12.2022

 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 яблук 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 льготной категории с 5-11 класс.

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 26.12.2022 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 яблоч 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 27.12.2022 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, рубленая 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	135,182

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 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	128,621

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 26.12.2022

День: День 6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	лорийно	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена									
Завтрак	гор.блюдо	№ 173	Каша вязкая пшенинная 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	88,176
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 ябллок 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 1	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 ябллок и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
Итого:				740	90,28	804,834	30,879	22,698	119,26
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 27.12.2022

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			Рассольник ленинградский со сметаной(200/8)	208	20,5	141,527	2,721	6,099	18,937
	1 блюдо	№96							
	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
с ограниченными возможностями здоровья с 12 лет и старше.**

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: 26.12.2022 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 блюдо	№268	Каша рассыпчатая гречневая с маслом (150)	110	42	189,1	12,32	11,33	14
	гарнир	№ 171	Хлеб пшеничный (30)	150	18,5	273,253	9,059	6,531	44,56
	хлеб белый	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черный	ПР	Напиток из яблок и смородины(200гр)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	сладкое	951		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: 27.12.2022 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 блюдо	№96	Рассольник ленинградский со сметаной	260	26	141,527	2,721	6,099	18,937
	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:				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: _____

Директор школы _____



Голубятникова Н. А.

Сахарова И. Е.