

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

 Школа:

 Дата

 День:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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 (йогурт 100гр)	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

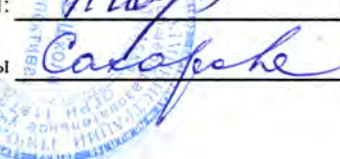
 День:

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	210	Омлет натуральный	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)	130	18,19	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				500	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 02.03.2023

 День: 9 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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 блюдо	№82	Борщ с капустой свежей,картофелем и сметаной	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 яблос 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 03.03.2023


 День: 10 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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 белья	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 начальной школы с 1-4 класс .

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата 06.03.2023

 День: 1 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная кукурузная с бананом	200	31	361,809	7,997	11,613	56,327
	закуски	3	Бутерброд с сыром (30/20гр)	50	22,5	143,979	7,124	6,272	14,76
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	14,69	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				550	73,19	587,73	15,368	17,984	91,103
Обед	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие (помидоры) в нарезке (40)	40	14,78	10,071	0,518	0,094	1,788
	1 блюда	№102	Суп картофельный с бобовыми (горохом) (200)	200	11,5	140,218	5,239	4,579	19,513
	2 блюда	438/2	Мясо птицы тушеное с овощами (100)	100	42	132,18	7,59	14,03	3,272
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	сладкое	№ТТК 982	Напиток фруктово-ягодный (200)	200	7	50,427	0,159	0,016	12,412
	хлеб бел. ъ	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черн. ъ	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
Итого:				750	90,28	707,245	24,451	24,993	105,512

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата 07.03.2023

 День: 2 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуска	54-2 3	Овощи натуральные свежие в нарезке	30	8,19	4,749	0,263	0,042	0,831
	2 блюдо	№279/33 1	Тефтели из говядины в сметанно-томатном соусе	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
	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
	хлеб черн. ъ	ПР	(30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
Итого:				550	73,19	638,055	23,625	18,682	93,855
Обед	закуска	54-2 3	Овощи натуральные свежие в нарезке	30	7,28	4,749	0,263	0,042	0,831
	1 блюдо	№88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	208	14,5	104,349	2,367	5,893	10,46
	2 блюдо	№279/33 1	Тефтели из говядины в сметанно-томатном соусе	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 черн. ъ	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	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:				758	90,28	784,586	26,358	24,524	114,61

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

 День: 3 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячие блюда	275/2	Каша вязкая молочная (овсяная, рисовая, пшенная) с яблоком	220	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
Итого:				505	73,19	589,882	17,438	20,327	82,019
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 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 черн лй	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	Итого:				738	90,28	710,626	27,975	24,315

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата 09.03.2023

 День: 4 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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	Тефтели рыбные "Морские" в сметанном соусом	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 белъ ч	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
Итого:				545	73,19	521,09	19,216	21,341	83,02
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	Тефтели рыбные "Морские" в сметанном соусом	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
Итого:				743	90,28	707,618	24,663	27,368	103,643

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 10.03.2023

 День: 5 день

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	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
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	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	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
Итого:				743	90,28	780,987	27,992	26,562	107,493

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата

 День: 6 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№ 173	Каша вязкая пшеничная молочная	200	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)	100	23,69	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				540	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	ПП	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черн.лй	ПП	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: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата 10.03.2023

 День: 5 день

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	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	208	17,5	120,674	2,427	6,007	14,226
	2 блюдо	ттк	Рулэт из мяса кур с сыром и яйцом с сметанно-томатным соусом	100	45	198,799	13,843	14,255	3,784
		724/332							
	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	107,493

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата 13.03.2023

 День: 6 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№ 173	Каша вязкая пшениная молочная	200	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)	100	23,69	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				540	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
		Шницель из говядины с соусом сметанно-томатным							
	2 блюдо	№268	Каша рассыпчатая гречневая с маслом (150)	150	18,5	273,253	6,059	6,531	44,56
	гарнир	№ 171	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб белый	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб черный	ПР	Напиток из яблок и смородины(200гр)	200	9,5	50,425	0,109	0,028	12,435
сладкое	951								
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: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата 14.03.2023

 День: 7 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

 Дата 15.03.2023

 День: 8 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	210	Омлет натуральный	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)	130	18,19	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				500	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 16.03.2023

 День: 9 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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	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 яблоск 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 17.03.2023

 День: 10 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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 блюда	№ 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
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: Дата День:

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: Дата День:

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: Дата День:

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:  Голубятникова Н. А.

Директор школы:  Сахарова И. Е.



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

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: 02.03.2023 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	тТК	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: 03.03.2023 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: 04.03.2023 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, 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:				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 льготной категории с 5-11 класс .

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: 06.03.2023 День: День 1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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	№ТТК 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
Итого:				565	75	620,538	30,464	11,995	97,642

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: 07.03.2023 День: День 2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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
Итого:				570	75,00	833,47	27,204	29,467	114,844

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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
Итого:				545,00	75,00	744,21	24,84	30,04	93,67

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

09.03.2023

 День: День 4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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 сметанном 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
Итого:				545	75,00	551,521	18,962	22,689	82,867

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата

10.03.2023

 День: День 5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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
Итого:				545	75,00	659,72	25,53	20,56	94,02

 Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата

11.03.2023

 День: суббота

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	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
Итого:				530	75	850,75	22,685	26,717	98,621

 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: 13.03.2023 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: 14.03.2023 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: 15.03.2023 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:  Голубятникова Н. А.

Директор школы:  /Сахарова И. Е.



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

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 16.03.2023 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	ткк	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 17.03.2023 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 18.03.2023 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, 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:				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 начальной школы
с ограниченными возможностями здоровья с 7-11 лет .**

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата 01.03.2023

День: День 8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена									
Завтрак	горячее блюдо	210	Омлет натуральный	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	125,803
Итого: Завтрак и обед				1198	152	1353,714	46,763	44,156	194,308
2 смена									
Обед I	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	ттк 600	Котлета из горбуши "Дружба" в сметано-томатном соусе	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	1131,946	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 02.03.2023

День: День 9

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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	1194,382	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 03.03.2023

День: День 10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена									
Завтрак	горячее блюдо	№ 174	Каша вязкая молочная рисовая	200	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:				540	61,72	522,08	18,743	19,864
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				1220	152	1187,822	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.



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

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата 06.03.2023

День: День 1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена									
Завтрак	Гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная кукурузная с бананом	200	31	361,809	9,9	11,613	36,3
	кулинарное изделие	3	Бутерброд с сыром (50)	50	22,5	239,558	6,166	5,3	19,292
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном (200)	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	100	14,69	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				550	73,19	683,309	16,313	17,012	75,608
Обед	закуска	54-3 3	Овощи натуральные свежие в нарезке	10	3,31	5,205	0,269	0,057	0,904
	1 блюда	№102	Суп картофельный с бобовыми (горохом) (200)	200	11,5	140,218	5,239	4,579	19,513
	2 блюда	438/2	Мясо птицы тушеное с овощами (100)	100	42	158,3	17,259	4,023	3,272
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	сладкое	№ТТК 982	Напиток фруктово-ягодный (200)	200	7	50,427	0,159	0,016	12,412
	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:				720	78,81	728,499	33,871	14,949	104,628
Итого: Завтрак и обед				1270	152	1411,808	50,184	31,961	180,236
2 смена									
Обед 1	закуска	70/71	Овощи натуральные свежие (помидоры) в нарезке (40)	40	14,78	10,071	0,518	0,094	1,788
	1 блюда	№102	Суп картофельный с бобовыми (горохом) (200)	200	11,5	140,218	5,239	4,579	19,513
	2 блюда	438/2	Мясо птицы тушеное с овощами (100)	100	42	158,3	17,259	4,023	3,272
	гарниры	№203	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11	225,039	5,857	5,039	39,066
	сладкое	№ТТК 982	Напиток фруктово-ягодный (200)	200	7	50,427	0,159	0,016	12,412
	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:				750	90,28	733,365	34,12	14,986	105,512
Полдник	кулинарнсе 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				1125	152	980,466	39,113	22,305	142,827

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 07.03.2023

День: День 2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена									
Завтрак	горячее блюдо	210	Омлет натуральный	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	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
	горячие напитки	№379	Напиток кофейный с молоком(200)	200	12,5	112,202	3,3	2,53	19,058
Итого:				400	64,5	493,484	16,943	25,543	71,927
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	Тефтели из говядины в сметанно-томатном соусе	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	ПП	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб белый	ПП	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
Итого:				748	87,5	782,89	26,263	24,503	114,326
Итого: Завтрак и обед				1148	152	1276,374	43,206	50,046	186,253
2 смена									
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	Тефтели из говядины в сметанно-томатном соусе	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	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
Итого:				758	90,28	782,89	26,263	24,503	114,326
Полдник	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	кулинарсе изделие	пр	Кулинарное 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
Итого:				375	61,72	235,473	2,122	2,763	47,53
Итого: обед и полдник				1133	152	1018,363	28,385	27,266	161,856

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 09.03.2023

День: День 4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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 (йогурт 100гр)	100	24,22	74,9	2,5	0,1	16
Итого:				500	61,72	511,684	16,979	14,991	77,212
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
Итого:				743	90,28	727,625	21,664	17,377	103,643
Итого: Завтрак и обед				1243	152	1239,309	38,643	32,368	180,855
2 смена									
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
Итого:				743	90,28	727,575	21,664	17,377	103,643
Полдник	напиток	пр	Сок 0,2л(шт)	200	25	100	0	0	22
	кулинарное изделие	пр	Кулинарное 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
Итого:				375	61,72	231,521	2,27	1,916	48,299
Итого: обед и полдник				1118	152	959,096	23,934	19,293	151,942

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 10.03.2023

День: День 5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена									
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
Итого:				480	73,19	559,792	19,796	15,245	85,851
Обед	1 блюда	№99	Суп из овощей со сметаной(200/8)	208	17,5	120,674	2,427	6,007	14,226
	2 блюдо	тتك 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
Итого:				708	78,81	777,171	27,781	26,536	106,809
Итого: Завтрак и обед				1188	152	1336,963	47,577	41,781	192,66
2 смена									
Обед I	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	тتك 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 черн_ий	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2	77,31	2,7	0,99	14,4
Итого:				738	90,28	782,376	28,05	26,593	107,713
Полдник	кулинарнсе 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
Итого:				375	61,72	417,992	3,381	9,428	76,904
Итого: обед и полдник				1113	152	1200,368	31,431	36,021	184,617

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 Ш.КОЛА "Перспектива"

Дата 13.03.2023

День: День 6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена									
Завтрак	гор.блюдо	№ 173	Каша вязкая пшениная молочная	200	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:				540	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				1260	152	1424,814	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	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
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 14.03.2023

День: День 7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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	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	1217,101	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	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	1081,684	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 15.03.2023

День: День 8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена									
Завтрак	горячее блюдо	210	Омлет натуральный	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	1353,714	46,763	44,156	194,308
2 смена									
Обед I	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	ттк 600	Котлета из горбуши "Дружба" в сметано-томатном соусе	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 бел. й	ПР	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб черн. й	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	1131,946	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 16.03.2023

День: День 9

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	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	ттк	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	1194,382	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	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	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 изделие		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 17.03.2023

День: День 10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 смена									
Завтрак	горячее блюдо	№ 174	Каша вязкая молочная рисовая	200	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:				540	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				1220	152	1187,822	45,773	39,813	171,601
2 смена									
Обед I	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.

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

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата

01.03.2023

День: День 8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	210	Омлет натуральный	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

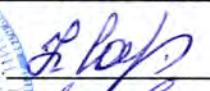
Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата

02.03.2023

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: 

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: 03.03.2023 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	250	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:				590	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 черн'ий	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 :				1335	166,00	1311,24	37,418	34,887	161,827

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: 04.03.2023 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
с ограниченными возможностями здоровья с 12 лет и старше.**

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: 06.03.2023 День: День 1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная кукурузная с бананом	200	31,00	361,809	7,997	11,613	56,327
	кулинарные изделия	3	Бутерброд с сыром (50)	50	22,5	239,558	6,166	15,303	19,292
	горячие напитки	№377	Чай с сахаром и лимоном	200	5	42,222	0,207	0,059	10,216
	Фрукт	№338	Фрукт,яблоко (1)	120	15,5	39,72	0,04	0,04	9,8
Итого:				570	74,00	683,309	14,41	27,015	95,635
Обед	закуска	70/71	Овощи свежие в нарезке огурец	30	11,00	6,275	0,347	0,052	1,105
	1 блюда	№102	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	14,5	175	6,5	5,6	24,37
	2 блюда	438/2	Мясо птицы тушеное с овощами	100	42,00	118,331	17,259	4,023	3,272
	гарнир	203	Макаронные изделия отварные с маслом	180	13,50	321,354	7,782	9,128	52,017
	сладкое	№ТТК 982	Напиток фруктово-ягодный (200)	200	7	50,427	0,159	0,016	12,412
	хлеб черный	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30/30	4,00	77,31	2,7	0,99	14,4
Итого:				760	92,00	748,697	34,747	19,809	107,576
Итого 1 смена :				1330	166,00	1432,006	49,157	46,824	203,211

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: 07.03.2023 День: День 2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	закуски	75/2	Зеленый горошек консервированный (20)	20	6,00	32,648	1,154	2,003	2,501
	горячее блюдо	210	Омлет натуральный	130	39,00	157,329	5,55	13,49	3,429
	хлеб белый	ПР	Хлеб пшеничный	60	4,00	72	2,388	0,245	15,061
	горячие напитки	№379	Кофейный напиток (200)	200	12,50	112,202	3,3	2,53	19,058
	сливочное масло	№14	Масло сливочное порциями (10)	10	9	74,643	0,005	8,288	0,008
Итого:				420	70,50	448,822	12,397	26,556	40,057
Обед	закуски	70/71	Овощи натуральные свежие	15	7,00	6,275	0,347	0,052	1,105
	1 блюдо	№88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	18,5	130	2,8	7,25	13,07
	2 блюдо	№279-331	Тефтели из говядины в сметанно-томатном соусе (60/50)	110	39,50	269,988	10,512	20,401	11,084
	гарнир	№171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом (150)	180	20,00	273,253	9,059	6,531	44,56
	горячий напиток	№349	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	6,50	83,349	0,566	0	17,282
	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:				825	95,50	912,175	28,372	35,469	116,562
Итого 1 смена :				1245	166,00	1360,997	40,769	62,025	156,619

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

День: День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее бл. до кулинарное изделие	173	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	250	31,00	188,775	6,539	7,187	24,484
	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
	Итого:			535	71,00	706,805	16,662	23,799	106,492
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
	Итого:			805	95,00	890,734	27,83	37,305	110,797
Итого 1 смена :			1340	166,00	1597,539	44,492	61,104	217,289	

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата

09.03.2023

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
Итого:			510	74,00	511,684	16,979	14,991	77,212	
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
Итого:			785	92,00	665,709	21,291	18,704	103,052	
Итого 1 смена :			1295	166	1177,393	38,27	33,695	180,264	

Заведующий п. оизводством:

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 10.03.2023 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
Итого:				530	77,50	756,322	23,506	16,455	128,551
Обед	1 блюдо	№99	Суп из овощей со сметаной	260	22	150	3	7,5	17,75
	2 блюдо	ттк	Рулет из мяса кур с сыром и яйцом с сметанно-томатным соусом	100	45	198,799	13,843	14,255	3,784
		724/332	Макаронные изделия отварные с маслом (150)	150	11,00	289,481	7,013	8,218	46,866
	гарнир	№203	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
	сладкое	№349	Хлеб пшеничный (30)	30	2,00	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб белый	ПР	Хлеб ржано-пшеничный (30)	30	2,00	77,31	2,7	0,99	14,4
	хлеб черный	ПР	Итого:	770	88,50	870,939	29,51	31,208	118,133
Итого 1 смена :				1300	166,00	1627,261	53,016	47,663	246,684

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 11.03.2023 День: суббота

Прием	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	210	Омлет натуральный	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		Котлета из горбуши "Дружба" в сметан/том соусе	100	38	155,105	11,168	8,446	8,604
			Пюре из бобовых и картофеля "Загадка"	150	21	449,48	26,66	7,68	68,4
	гарнир	200	Компот из смеси сухофруктов (200)	200	6,5	83,349	0,566	0	20,272
	сладкое	№349	Хлеб пшеничный (30)	30	2	72	2,388	0,245	15,061
	хлеб белый	ПР	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	87	3,7	1,2	15,6
хлеб черный	ПР	Итого:	770	88	976,934	47,282	24,821	141,007	
Итого 1 смена :				1260	166	1559,378	59,182	48,153	222,221

Заведующий производством: [подпись] Голубятникова Н.А.

Директор школы [подпись] Сахарова И.Е.



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

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: 13.03.2023 День: День 6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	275/2	Каша вязкая молочная пшеничная	250	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:				590	77,50	577,604	13,53	24,155	76,522
Обед	1 блюдо	№102	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	14,5	175	6,5	5,6	24,37
	2 блюдо	№268	Биточек, Шницель из говядины с соусом сметанно-томатным	110	42	189,1	12,32	11,33	14
	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	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 :				1360	166,00	1414,692	46,606	48,879	201,348

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата: 14.03.2023 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, 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

15.03.2023

День: День 8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горячее блюдо	210	Омлет натуральный	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	ткк 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
Итого 1 смена :				1260	166	1559,378	59,182	48,153	222,221

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата

16.03.2023

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
Итого 1 смена :				1540	166	1464,999	43,114	46,348	218,734

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

17.03.2023

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	250	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:				590	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 белъ й	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 :				1335	166,00	1311,24	37,418	34,887	161,827

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива"

Дата

18.03.2023

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.

