

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

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 29.03.2023 День: День 1

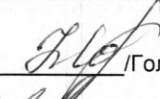
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------|-------------|-----------|--------------------------------------|------------|-----------|----------------|---------------|---------------|---------------|
| Завтрак | закуска | №70/71 | 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 | № ГТК 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 |

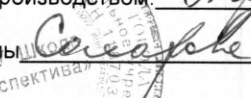
Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 30.03.2023 День: День 2

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------|-------------|----------|---|------------|--------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| Завтрак | закуски | 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 31.03.2023 День: День 3

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------|-------------|--------|-------------------------------------|---------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| Завтрак | закуски | 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
с ограниченными возможностями здоровья с 12 лет и старше.**

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 31.03.2023 День: День 3

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------------|--------------------|--------|--|-------------|---------------|-----------------|----------------|---------------|----------------|
| Завтрак | горячее блюдо | 173 | Каша вязкая молочная пшеничная с маслом | 250 | 31,00 | 188,775 | 6,539 | 7,187 | 24,484 |
| | кулинарное изделие | 14 | Бутерброд горячий с сыром (50) | 50 | 20 | 239,558 | 6,166 | 15,303 | 19,292 |
| | горячие напитки | №377 | Чай с сахаром и лимоном (200) | 200 | 5 | 42,222 | 0,207 | 0,059 | 10,216 |
| | кондит.издел | 338 | Гематоген витаминизированный | 35 | 15,00 | 236,25 | 3,75 | 1,25 | 52,5 |
| 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 |
| Итого 1 смена : | | | | 1340 | 166,00 | 1597,539 | 44,492 | 61,104 | 217,289 |

Школа: МАОУ ШКОЛА "Перспектива" Дата 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 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: ##### 31.03.023

День: День 3

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г. | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------------------|--------------------|---------|--|-------------|--------------|-----------------|---------------|---------------|----------------|
| 1 смена | | | | | | | | | |
| Завтрак | горячее блюдо | 275/2 | Каша вязкая молочная овсяная с яблоком | 220 | 33,19 | 280,459 | 7,037 | 12,792 | 34,295 |
| | кулинарное изделие | 14 | Бутерброд горячий с сыром (50) | 50 | 20 | 239,558 | 6,166 | 15,303 | 19,292 |
| | горячие напитки | №377 | Чай с сахаром и лимоном (200) | 200 | 5 | 42,222 | 0,207 | 0,059 | 10,216 |
| | конд.изд | ПР | Кондитерское изделие | 35 | 15 | 72 | 2,388 | 0,245 | 15,061 |
| Итого: | | | | 505 | 73,19 | 634,239 | 15,798 | 28,399 | 78,864 |
| Обед | закуска | 70/71 | Овощи натуральные свежие | 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 | 156,5 | 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 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: | | | | 683 | 78,81 | 719,824 | 17,057 | 21,827 | 103,798 |
| Итого: Завтрак и обед | | | | 1188 | 152 | 1354,063 | 32,855 | 50,226 | 182,662 |
| 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 | 156,5 | 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 |
| | 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: | | | | 738 | 90,28 | 711,018 | 16,979 | 21,318 | 102,819 |
| 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 | | | | 1113 | 152 | 958,119 | 21,972 | 28,637 | 140,134 |

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: 31.03.2023

 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, пшеница) 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 | ттк 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 черный | 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:

 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 белый | 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.

