

СОГЛАСОВАННО

Директор МОБУ СОШ № 4

О.С. Коханова



УТВЕРЖДАЮ
ИП Москаленко Т. В.

T. V. Moskalenko

Меню приготавливаемых блюд на 18 марта 2024 г.

Для детей 7-11 лет (1 - 4 классы с ОВЗ и инвалидов) обучающихся в первую смену. Завтрак + обед.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			б	ж	у		
	Каша жидкая молочная рисовая с маслом	250	5,3	10,2	31,5	299	350(1)
	Батон нарезной	40	3,1	1,2	19,9	102,8	0
	Чай с сахаром	200	0,2	0	11,2	45,6	829(1)
	Сыр	15	3,5	4,6	0	55,4	0
Итого за завтрак		505	12,1	16	62,6	502,8	
Обед	Борщ с мясом и со сметаной	200	2,43	7,6	12,4	127,72	184(1)
	Горбуша припущенная	90	19,8	5,96	0,51	134,88	404(1)
	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	3,15	8,25	21,75	173,85	634(1)
	Салат из моркови со сметаной	60	0,84	2,16	4,32	40,08	49(2)
	Кисель со смородины черной	200	0,14	0	26,1	104,96	760(1)
	Печенье	30	1,7	3,7	21,7	126,9	0
	Хлеб ржанопшеничный	70	4,9	0,77	28,7	141,33	0
Итого за обед		800	32,96	28,44	115,48	849,72	
Всего за завтрак и обед			45,06	44,44	178,08	1352,52	

СОГЛАСОВАННО

МОБУ СОШ № 4 Ш № 4

О.С. Коханова



УТВЕРЖДАЮ

ИП Москаленко Т. В.

Меню приготавливаемых блюд на 19 марта 2024 г.

для детей 7-11 лет (1 - 4 классы с ОВЗ и инвалидов) обучающихся в первую смену. Завтрак + обед.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			б	ж	у		
	Макароны отварные	150	5,25	6,2	22,4	166,4	361(10)
	Тефтели из говядины с рисом	60	5,4	5,1	5,1	90,6	562(1)
	Соус красный основной на м/б	50	4,65	5,55	5,6	90,95	667(1)
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,32	0	16,42	67,95	830(1)
	Хлеб пшеничный	40	3,32	3,88	19,2	125	0
Итого за завтрак		500	18,94	20,73	68,72	540,9	
Обед	Рассольник Ленинградский с курой и со сметаной	200	3,4	4,88	21,12	142	206(1)
	Колгета говяжья	90	14,31	12,96	14,4	231,48	555(1)
	Картофель отварной	150	2,9	4,7	23,5	147,9	TK 333
	Салат витаминный	60	0,7	2	9,2	57,6	40(2)
	Хлеб ржанопшеничный	50	3,5	0,55	20,5	100,95	0
	Компот из с/ф	200	0,6	0	28,9	118	759(1)
Итого за обед		750	25,41	25,09	117,62	797,93	
Всего за завтрак и обед			44,35	45,82	186,34	1338,83	

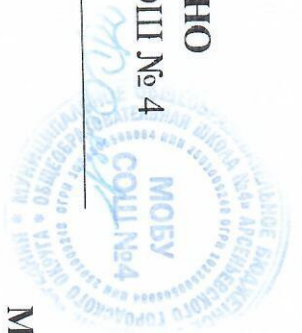
Замена в завтраке тефтели из говядины на тефтели из говядины с рисом. Отклонение по белкам - 0,8%, жирам 0%, углеводам 0%, ккал 0%. Что

составляет норму при +/- 5%.

СОГЛАСОВАННО

Директор МОБУ СОШ № 4

О.С. Коханова



УТВЕРЖДАЮ

ИП Москаленко Т. В.

Меню приготавливаемых блюд на 20 марта 2024 г.

Для детей 7-11 лет (1 - 4 классы с ОВЗ и инвалидов) обучающихся в первую смену. Завтрак + обед.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			б	ж	у		
	Рагу из овощей с курой	250	8,5	12,75	34,3	285,95	224(2)
	Хлеб пшеничный	50	4,15	0,42	24	156,25	0
	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0,2	23,8	98,6	864(1)
Итого за завтрак		500	13,05	13,37	82,1	540,8	
Обед	Суп картофельный с фрикадельками	200	7,1	7,4	14,3	152,2	216(1)
		250	21,5	22,7	53,5	504,3	443(2)
	Плов из говядины	60	1,5	1,9	6,2	47,9	112(1)
	Маринованная свекла с маслом растительным	200	0,9	0	23,8	98,8	758(1)
	Компот из кураги	200	0,9	0	23,8	98,8	758(1)
Итого за обед	Хлеб ржанопшеничный	50	3,5	0,55	20,5	100,95	0
		760	34,5	32,55	118,3	904,15	
Всего за завтрак и обед			47,55	45,92	200,4	1444,95	

СОГЛАСОВАННО

Директор МОБУ СОШ № 4

О.С. Коханова



УТВЕРЖДАЮ

ИП Москаленко Т. В.

T. V. Moskalenko

Меню приготавливаемых блюд на 21 марта 2024 г.

Для детей 7-11 лет (1 - 4 классы с ОВЗ и инвалидов) обучающихся в первую смену. Завтрак + обед.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			б	ж	у		
Итого за завтрак	Каша манная молочная жидкая с маслом	250	5,7	7,8	34,6	231,4	350(1)
	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	194,6	848(1)
	Батон нарезной	35	2,7	1,05	17,5	90,25	0
	Сыр порциями	15	3,5	4,6	0	55,4	0
		500	16,8	18,45	84,6	571,65	
Обед	Борщ с фасолью	250	3,7	5,3	15,5	124,5	115(2)
	Жаркое по - домашнему	250	22,25	24,2	31	430,8	436(2)
	Салат из моркови со сметаной	60	0,72	1,44	8,58	50,16	49(2)
	Компот из свежих яблок	200	0,14	0	23,1	92,96	754(1)
	Хлеб ржанопшеничный	50	3,5	0,55	20,5	100,95	0
Итого за обед		810	30,31	31,49	98,68	799,37	
Всего за завтрак и обед			47,11	49,94	183,28	1371,02	

СОГЛАСОВАННО

Директор МОБУ СОШ № 4

О.С. Коханова



УТВЕРЖДАЮ

ИП Москаленко Т. В.

Меню приготавливаемых блюд на 22 марта 2024 г.

Для детей 7-11 лет (1 - 4 классы с ОВЗ и инвалидов) обучающихся в первую смену. Завтрак + обед.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			б	ж	у		
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	10,8	41,25	295,8	343(1)
	Котлета говяжья	50	7,95	7,2	8	128,6	555(1)
	Соус красный основной на м/б	50	4,65	5,55	5,6	90,95	667(1)
	Хлеб пшеничный	50	4,15	4,85	24	156,25	0
	Чай с сахаром	200	0,2	0	11,2	45,6	829(1)
Итого за завтрак		500	25,35	28,4	90,05	717,2	
	Суп рисовый с говядиной	200	7,36	3,68	9,68	101,28	223(1)
	Рис припущенный	150	3,6	6	37,05	216,6	634(1)
	Соус сметанный с луком	50	1,2	5,4	3,3	66,6	699(1)
	Оладьи из печени	90	6,3	17	15,4	239,8	511(1)
	Огурец свежий	60	0,36	0,06	1,2	6,78	0
	Компот из яблок с черносливом	200	0,6	0	28,9	118	756(1)
	Хлеб ржанопшеничный	50	3,5	0,55	20,5	100,95	0
Итого за обед		800	22,92	32,69	116,03	850,01	
Всего за завтрак и обед			48,27	61,09	206,08	1567,21	