

Утверждаю: Исполняющий обязанности

Директора МБОУ "Излучинская  
Общественно-образовательная начальная школа"

А. Ф. Шумкова



2 Май 2024 г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 3 - 7 лет

| Приём пищи                  | Наименование блюда                               | Вес блюда  | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-----------------------------|--|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|------------------|
|                             |  |            | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |                  |
| День 2                      |  |            |                  |              |               |                         |             |                  |
| Завтрак                     | Каша молочная кукурузная жидкая                  | 200/5      | 5,9              | 8,2          | 24,3          | 195,1                   | TK№ 285д/22 | 2022             |
|                             | Чай с сахаром                                    | 200        | 0,1              | 0            | 12,9          | 52,5                    | TK№ 265д/22 | 2022             |
|                             | Батон пшеничный В/С                              | 25         | 1,9              | 0,8          | 12,5          | 64,8                    | TK№ 10д/22  | 2022             |
|                             | Масло сливочное (порциями)                       | 5          | 0                | 3,6          | 0,1           | 32,6                    | TK№ 210д/22 | 2022             |
|                             | Сыр (порциями)                                   | 7          | 1,6              | 2            | 0             | 24,8                    | TK№ 212д/22 | 2022             |
| <b>Итого за приём пищи:</b> |  | <b>442</b> | <b>9,50</b>      | <b>14,60</b> | <b>49,80</b>  | <b>369,80</b>           |             |                  |
| 2 Завтрак                   | Кисломолочный напиток 2,5 % жирности             | 100        | 2,8              | 2,5          | 4,5           | 56,5                    | TK№ 28д/22  | 2022             |
| <b>Итого за приём пищи:</b> |  | <b>100</b> | <b>2,8</b>       | <b>2,5</b>   | <b>4,5</b>    | <b>56,5</b>             |             |                  |
| Обед                        | Салат из свежих огурцов                          | 50         | 0,4              | 5            | 1,1           | 50,7                    | TK№ 324д/22 | 2022             |
|                             | Борщ с капустой и картофелем, с мясом и сметаной | 180/15/6   | 5,3              | 6,8          | 7,5           | 112,6                   | TK№ 146д/22 | 2022             |
|                             | Фрикадельки рыбные в томатном соусе              | 80         | 6,7              | 3,2          | 5,9           | 79,6                    | TK№ 161д/22 | 2022             |
|                             | Пюре картофельное                                | 130        | 2,8              | 4,8          | 17,7          | 125                     | TK№ 113д/22 | 2022             |
|                             | Напиток яблочный                                 | 180        | 0,1              | 0,1          | 15,2          | 62                      | TK№ 348д/22 | 2022             |
|                             | Хлеб пшеничный В/С                               | 30         | 2,3              | 0,2          | 14,8          | 70,5                    | TK№ 8д/22   | 2022             |
|                             | Хлеб ржано-пшеничный                             | 35         | 2,3              | 0,4          | 13,9          | 69,3                    | TK№ 9д/22   | 2022             |
| <b>Итого за приём пищи:</b> |  | <b>706</b> | <b>19,90</b>     | <b>20,50</b> | <b>76,10</b>  | <b>569,70</b>           |             |                  |
| Полдник                     | Молоко кипяченое                                 | 200        | 5,8              | 6,4          | 9,6           | 119                     | TK№ 26д/22  | 2022             |
|                             | Булочка плюшка                                   | 50         | 2,2              | 2,6          | 24,7          | 130,6                   | TK№ 339д/22 | 2022             |
| <b>Итого за приём пищи:</b> |  | <b>250</b> | <b>8</b>         | <b>9</b>     | <b>34,3</b>   | <b>249,6</b>            |             |                  |
| Ужин                        | Биточки по-белорусски                            | 80         | 15,8             | 14           | 2,8           | 200,4                   | TK№ 298д/22 | 2022             |
|                             | Ассорти овощное                                  | 150        | 2,3              | 6,1          | 12            | 112,3                   | TK№ 299д/22 | 2022             |
|                             | Компот из смеси сухофруктов                      | 200        | 0,4              | 0            | 23,2          | 94,7                    | TK№ 89д/22  | 2022             |
|                             | Хлеб пшеничный В/С                               | 30         | 2,3              | 0,2          | 14,8          | 70,5                    | TK№ 8д/22   | 2022             |
|                             | Фрукты по сезону                                 | 130        | 1,1              | 0,3          | 10,5          | 49                      | TK№ 1д/22   | 2022             |
| <b>Итого за приём пищи:</b> |  | <b>590</b> | <b>21,9</b>      | <b>20,6</b>  | <b>63,3</b>   | <b>526,9</b>            |             |                  |
| <b>Итого за день</b>        |  |            | <b>62,10</b>     | <b>67,20</b> | <b>228,00</b> | <b>1772,50</b>          |             |                  |

Старший повар \_\_\_\_\_

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра \_\_\_\_\_

И. Н. Инчина

Утверждаю: Исполняющий обязанности

директора МБОУ "Излучинская  
общеобразовательная начальная школа"

*А. Ф. Шумкова*  
А. Ф. Шумкова

2 Май 2024 г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 1,5 - 7 лет \*



| Приём пищи                  | Наименование блюда                               | Вес блюда  | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-----------------------------|--|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|------------------|
|                             |  |            | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |                  |
| День 2                      |  |            |                  |              |               |                         |             |                  |
| Завтрак                     | Каша молочная кукурузная жидкая                  | 150/4      | 4,5              | 6,4          | 18,4          | 148,9                   | TK№ 285д/22 | 2022             |
|                             | Чай с сахаром                                    | 180        | 0,1              | 0            | 11,7          | 47,3                    | TK№ 265д/22 | 2022             |
|                             | Батон пшеничный В/С                              | 20         | 1,5              | 0,6          | 10            | 51,8                    | TK№ 10д/22  | 2022             |
|                             | Масло сливочное (порциями)                       | 3          | 0                | 2,1          | 0             | 19,6                    | TK№ 210д/22 | 2022             |
|                             | Сыр (порциями)                                   | 6          | 1,4              | 1,7          | 0             | 21,3                    | TK№ 212д/22 | 2022             |
| <b>Итого за приём пищи:</b> |  | <b>363</b> | <b>7,50</b>      | <b>10,80</b> | <b>40,10</b>  | <b>288,90</b>           |             |                  |
| 2 Завтрак                   | Кисломолочный напиток 2,5 % жирности             | 100        | 2,8              | 2,5          | 4,5           | 56,5                    | TK№ 28д/22  | 2022             |
| <b>Итого за приём пищи:</b> |  | <b>100</b> | <b>2,8</b>       | <b>2,5</b>   | <b>4,5</b>    | <b>56,5</b>             |             |                  |
| Обед                        | Салат из свежих огурцов                          | 30         | 0,2              | 3            | 0,7           | 30,4                    | TK№ 324д/22 | 2022             |
|                             | Борщ с капустой и картофелем, с мясом и сметаной | 150/10/6   | 3,8              | 5,3          | 6,3           | 88,2                    | TK№ 146д/22 | 2022             |
|                             | Фрикадельки рыбные в томатном соусе              | 60         | 5                | 2,4          | 4,4           | 59,9                    | TK№ 161д/22 | 2022             |
|                             | Пюре картофельное                                | 110        | 2,3              | 4,1          | 15            | 105,7                   | TK№ 113д/22 | 2022             |
|                             | Напиток яблочный                                 | 150        | 0,1              | 0,1          | 12,7          | 51,9                    | TK№ 348д/22 | 2022             |
|                             | Хлеб пшеничный В/С                               | 20         | 1,5              | 0,2          | 9,8           | 47                      | TK№ 8д/22   | 2022             |
|                             | Хлеб ржано-пшеничный                             | 20         | 1,3              | 0,2          | 7,9           | 39,6                    | TK№ 9д/22   | 2022             |
| <b>Итого за приём пищи:</b> |  | <b>556</b> | <b>14,2</b>      | <b>15,3</b>  | <b>56,8</b>   | <b>422,7</b>            |             |                  |
| Полдник                     | Молоко кипяченое                                 | 150        | 4,4              | 4,8          | 7,2           | 89,3                    | TK№ 26д/22  | 2022             |
|                             | Булочка плюшка                                   | 50         | 2,2              | 2,6          | 24,7          | 130,6                   | TK№ 339д/22 | 2022             |
| <b>Итого за приём пищи:</b> |  | <b>200</b> | <b>6,6</b>       | <b>7,4</b>   | <b>31,9</b>   | <b>219,9</b>            |             |                  |
| Ужин                        | Биточки по-белорусски                            | 50         | 9,9              | 8,7          | 1,8           | 125                     | TK№ 298д/22 | 2022             |
|                             | Ассорти овощное                                  | 110        | 1,7              | 4,5          | 8,8           | 82,9                    | TK№ 299д/22 | 2022             |
|                             | Компот из смеси сухофруктов                      | 150        | 0,3              | 0            | 17,4          | 70,9                    | TK№ 89д/22  | 2022             |
|                             | Хлеб пшеничный В/С                               | 15         | 1,1              | 0,1          | 7,4           | 35,3                    | TK№ 8д/22   | 2022             |
|                             | Фрукты по сезону                                 | 95         | 0,8              | 0,2          | 7,7           | 35,8                    | TK№ 1д/22   | 2022             |
| <b>Итого за приём пищи:</b> |  | <b>420</b> | <b>13,8</b>      | <b>13,5</b>  | <b>43,1</b>   | <b>349,9</b>            |             |                  |
| <b>Итого за день</b>        |  |            | <b>44,90</b>     | <b>49,50</b> | <b>176,40</b> | <b>1337,90</b>          |             |                  |

Старший повар \_\_\_\_\_

*Н. Г. Сафиканова*  
Н. Г. Сафиканова

Мед сестра \_\_\_\_\_

*И. Н. Инчина*  
И. Н. Инчина