

Утверждаю:

Директор МБОУ "Излучинская
Общеобразовательная начальная школа"

Е. В. Шагвалеева

5 Март 2025 г.

Меню приготавливаемое в блюде

Возрастная категория от



Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 18								
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200/5	5,77	8,08	24,32	193,03	TR№ 96д/22	2022
	Какао с молоком	200	3,29	3,36	14,45	101,14	TR№ 109д/22	2022
	Батон пшеничный В/С	25	1,93	0,75	12,53	64,75	TR№ 10д/22	2022
Итого за приём пищи:		430	10,99	12,19	51,3	358,92		
2 Завтрак	Кисломолочный напиток 2,5 % жирности	100	2,7	2,5	10,8	79	TR№ 28д/22	2022
Итого за приём пищи:		100	2,7	2,5	10,8	79		
Обед	Винегрет овощной с зеленым горошком	50	0,94	3,87	4,92	58,23	TR№ 77д/22	2022
	Уха с горбушей, картофелем и пшеном	180/20	8,89	3,93	13,46	124,78	TR№ 355д/22	2022
	Тефтели мясные	70	9,39	10,78	9,78	173,78	TR№ 254д/22	2022
	Овощи тушеные	130	2,28	4,65	12,29	100,2	TR№ 83д/22	2022
	Напиток брусничный	180	0,16	0,1	22,66	92,11	TR№ 202д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	20	1,52	0,16	9,84	47	TR№ 8д/00	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	39,6	TR№ 9д/22	2022
Итого за приём пищи:		670	24,5	23,73	80,87	635,7		
Полдник	Молоко кипяченое	200	5,83	6,4	9,55	119	TR№ 26д/22	2022
	Кондитерские изделия	50	0,4	0,05	39,9	163	TR№ 25д/22	2022
Итого за приём пищи:		250	6,23	6,45	49,45	282		
Ужин	Салат из квашеной капусты	50	0,43	0,06	0,82	5,47	TR№ 39д/22	2022
	Плов из птицы	150	11,9	13,59	25,88	273,36	TR№ 141д/22	2022
	Соки в ассортименте	180	0,9	0,18	18,18	77,4	TR№ 292д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	20	1,52	0,16	9,84	47	TR№ 8д/22	2022
Итого за приём пищи:		400	14,75	13,99	54,72	403,23		
Итого за день			59,17	58,86	247,14	1758,85		

Старший повар

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра

Г. О. Бегджанян

Утверждаю:

Директор МБОУ "Излучинская
Общеобразовательная начальная школа"

Е. В. Шагвалеева

5 Март 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 1,5 до 7 лет



Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 18								
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150/4	4,36	6,26	18,4	147,32	TR№ 96д/22	2022
	Какао с молоком	180	2,97	3,03	13	91,08	TR№ 109д/22	2022
	Батон пшеничный В/С	20	1,54	0,6	10,02	51,8	TR№ 10д/22	2022
Итого за приём пищи:		354	8,87	9,89	41,42	290,2		
2 Завтрак	Кисломолочный напиток 2,5 % жирности	100	2,7	2,5	10,8	79	TR№ 28д/22	2022
Итого за приём пищи:		100	2,7	2,5	10,8	79		
Обед	Винегрет овощной с зеленым горошком	30	0,56	2,34	2,96	35,12	TR№ 77д/22	2022
	Уха с горбушей, картофелем и пшеном	150/15	6,85	3,11	11,37	100,87	TR№ 355д/22	2022
	Тефтели мясные	50	6,71	7,68	6,99	123,95	TR№ 254д/22	2022
	Овощи тушеные	110	1,93	3,94	10,4	84,81	TR№ 83д/22	2022
	Напиток брусничный	150	0,13	0,08	18,89	76,75	TR№ 202д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	TR№ 8д/00	2022
Итого за приём пищи:		520	17,32	17,27	57,99	456,75		
Полдник	Молоко кипяченое	180	5,24	5,76	8,6	107,1	TR№ 26д/22	2022
	Кондитерские изделия	20	0,16	0,02	15,96	65,2	TR№ 25д/22	2022
Итого за приём пищи:		200	5,4	5,78	24,56	172,3		
Ужин	Салат из квашеной капусты	30	0,26	0,03	0,49	3,28	TR№ 39д/22	2022
	Плов из птицы	130	10,32	11,75	22,43	236,73	TR№ 141д/22	2022
	Соки в ассортименте	150	0,75	0,15	15,15	64,5	TR№ 292д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	TR№ 8д/22	2022
Итого за приём пищи:		325	12,47	12,05	45,45	339,76		
Итого за день			46,76	47,49	180,22	1338,01		

Старший повар

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра

Г. О. Бегджанян