

Утверждаю:

Директор МБОУ "Излучинская
общеобразовательная начальная школа"

Е. В. Шагвалева



7 Март 2025 г.

Меню приготавливается в виде

Возрастная категория о

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 20								
Завтрак	Суп молочный гречневый	200	4,72	4,66	15,63	123,26	TR№ 372д/22	2022
	Чай с молоком	200	1,66	1,72	12,25	71,1	TR№ 266д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	30	2,28	0,24	14,76	70,5	TR№ 8д/22	2022
	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,57	0,07	32,59	TR№ 210д/22	2022
	Сыр (порциями)	7	1,62	2,04	0	24,82	TR№ 212д/22	2022
Итого за приём пищи:		442	10,32	12,23	42,71	322,27		
2 Завтрак	Кисломолочный напиток 2,5 % жирности	100	2,9	2,5	4	53	TR№ 28д/22	2022
Итого за приём пищи:		100	2,9	2,5	4	53		
Обед	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	50	0,52	5,01	1,82	54,44	TR№ 327д/22	2022
	Свекольник со сметаной	180/5	1,53	3,4	9,34	74,2	TR№ 50д/22	2022
	Плов с говядиной	170	18,97	19,56	30,87	375,33	TR№ 253д/22	2022
	Соки в ассортименте	180	1,26	0,18	23,76	108	TR№ 292д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	25	1,9	0,2	12,3	58,75	TR№ 9д/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	9,9	49,5	TR№ 9д/22	2022
Итого за приём пищи:		635	25,83	28,65	87,99	720,22		
Ужин	Огурцы свежие нарезка	50	0,4	0,05	1,25	7	TR№ 35д/22	2022
	Котлета рыбная по-волжски	70	8,49	4,21	4,73	90,83	TR№ 88д/22	2022
	Пюре картофельное	130	2,77	4,79	17,69	124,97	TR№ 113д/22	2022
	Кисель из ягод св/м	180	0,11	0,04	22,53	92,7	TR№ 74д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	25	1,9	0,2	12,3	58,75	TR№ 8д/22	2022
	Бантики с курагой	60	2,66	2,25	30,15	151,45	TR№ 367д/22	2022
Итого за приём пищи:		515	16,33	11,54	88,65	525,7		
Итого за день			55,38	54,92	223,35	1621,19		

Старший повар

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра

Г. О. Бегджанян

Утверждаю:

Директор МБОУ "Излучинская

общеобразовательная начальная школа"

Е. В. Шагвалева

7 Март 2025 г.

Меню приготавливаемое

Возрастная категория от 1



Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 20								
Завтрак	Суп молочный гречневый	150	3,53	3,49	11,71	92,37	TK№ 372д/22	2022
	Чай с молоком	180	1,48	1,55	11,02	63,91	TK№ 266д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	20	1,52	0,16	9,84	47	TK№ 8д/22	2022
	Масло сливочное (порциями)	3	0,03	2,14	0,04	19,55	TK№ 210д/22	2022
	Сыр (порциями)	6	1,39	1,75	0	21,27	TK№ 212д/22	2022
Итого за приём пищи:		359	7,95	9,09	32,61	244,10		
2 Завтрак	Кисломолочный напиток 2,5 % жирности	100	2,9	2,5	4	53	TK№ 28д/22	2022
Итого за приём пищи:		100	2,9	2,5	4	53		
Обед	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	30	0,31	3	1,09	32,66	TK№ 327д/22	2022
	Свекольник со сметаной	150/6	1,33	3,13	7,9	65,22	TK№ 50д/22	2022
	Плов с говядиной	130	14,52	14,91	23,65	286,82	TK№ 253д/22	2022
	Соки в ассортименте	150	1,05	0,15	19,8	90	TK№ 292д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	TK№ 9д/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,99	0,18	5,94	29,7	TK№ 9д/22	2022
Итого за приём пищи:		496	19,34	21,49	65,76	539,65		
Ужин	Огурцы свежие нарезка	30	0,24	0,03	0,75	4,2	TK№ 35д/22	2022
	Котлета рыбная по-волжски	50	6,07	2,99	3,38	64,71	TK№ 88д/22	2022
	Пюре картофельное	110	2,34	4,06	14,96	105,71	TK№ 113д/22	2022
	Кисель из ягод св/м	150	0,09	0,03	18,78	77,26	TK№ 74д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	TK№ 8д/22	2022
	Бантики с курагой	50	2,21	1,87	25,08	125,99	TK№ 367д/22	2022
Итого за приём пищи:		405	12,09	9,1	70,33	413,12		
Итого за день			42,28	42,18	172,70	1249,87		

Старший повар

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра

Г. О. Бегджанян