

Утверждаю:



Директор МБОУ " Излучинская
Общественно-образовательная начальная школа"

Е. В. Шагвалеева

10 Февраль 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 3 - 4 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 1								
Завтрак	Каша "Дружба" жидкая	200/5	5,5	7,91	25,41	194,78	TK№ 286 д/22	2022
	Какао с молоком	200	3,29	3,36	14,45	101,14	TK№ 109д/22	2022
	Батон пшеничный В/С	20	1,54	0,6	10,02	51,8	TK№ 10д/22	2022
Итого за приём пищи:		425,00	10,33	11,87	49,88	347,72		
2 Завтрак	Кисломолочный напиток 2,5 % жирности	100	2,7	2,5	10,8	79	TK№ 28/д22	2022
Итого за приём пищи:		100	2,7	2,5	10,8	79		
Обед	Икра овощная	50	0,66	2,26	3,78	38,11	TK№ 154д/22	2022
	Суп картофельный с горохом и гренками	180/12	4,68	2,57	21,39	124,81	TK№ 135д/22	2022
	Тефтели мясные	70	9,39	10,78	9,78	173,78	TK№ 254д/22	2022
	Капуста тушеная	130	2,92	3,79	8,08	78,08	TK№ 60д/22	2022
	Напиток из ягод	180	0,16	0,1	22,66	92,11	TK№ 202д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	25	1,9	0,2	12,3	58,75	TK№ 8д/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	9,9	49,5	TK№ 9д/22	2022
Итого за приём пищи:		672,00	21,36	20	87,89	615,14		
Полдник	Молоко кипяченое	200	5,83	6,4	9,55	119	TK№ 26д/22	2022
	Кондитерские изделия	50	1,4	1,65	38,65	177	TK№ 16д/22	2022
Итого за приём пищи:		250	7,23	8,05	48,2	296		
Ужин	Котлеты рыбные любительские	70	10,75	5,5	4,31	109,77	TK№ 149д/22	2022
	Картофель тушеный с овощами	130	2,74	5,39	20,19	140,27	TK№ 206д/22	2022
	Компот из изюма	180	0,9	0	22,86	99	TK№ 292д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	25	1,9	0,2	12,3	58,75	TK№ 8д/22	2022
Итого за приём пищи:		405	16,29	11,09	59,66	407,79		
Итого за день		1852	57,91	53,51	256,43	1745,65		

Старший повар  Н. Г. Сафиканова

Мед сестра  И. Н. Инчина

Утверждаю:

Директор МБОУ "Излучинская
 общеобразовательная начальная школа"
 Е. В. Шагвалева



10 Февраль 2025 г

Меню приготавливаем для **людей**

Возрастная категория от **1,5** лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецепта	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 1								
Завтрак	Каша "Дружба" жидкая	150/4	4,15	6,13	19,09	148,06	ТР№ 286 д/22	2022
	Какао с молоком	180	2,97	3,03	13	91,08	ТР№ 109д/22	2022
	Батон пшеничный В/С	20	1,54	0,6	10,02	51,8	ТР№ 10д/22	2022
Итого за приём пищи:		354	8,66	9,76	42,11	290,94		
2 Завтрак	Кисломолочный напиток 2,5 % жирности	100	2,7	2,5	10,8	79	ТР№ 28/д22	2022
Итого за приём пищи:		100	2,7	2,5	10,8	79		
Обед	Икра овощная	30	0,4	1,37	2,27	23,06	ТР№ 154д/22	2022
	Суп картофельный с горохом и гречками	150/10	3,79	2,12	17,04	100,23	ТР№ 135д/22	2022
	Тефтели мясные	50	6,71	7,68	6,99	123,95	ТР№ 254д/22	2022
	Капуста тушеная	110	2,47	3,21	6,84	66,1	ТР№ 60д/22	2022
	Напиток из ягод	150	0,13	0,08	18,89	76,75	ТР№ 202д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	20	1,52	0,16	9,84	47	ТР№ 8д/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	39,6	ТР№ 9д/22	2022
Итого за приём пищи:		540	16,34	14,86	69,79	476,69		
Полдник	Молоко кипяченое	180	5,24	5,76	8,6	107,1	ТР№ 26д/22	2022
	Кондитерские изделия	25	0,7	0,83	19,33	88,5	ТР№ 16д/22	2022
Итого за приём пищи:		205	5,94	6,59	27,93	195,6		
Ужин	Котлеты рыбные любительские	50	7,68	3,89	3,06	78,05	ТР№ 149д/22	2022
	Картофель тушеный с овощами	110	2,32	4,55	17,08	118,54	ТР№ 206д/22	2022
	Компот из изюма	150	0,75	0	19,05	82,5	ТР№ 292д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	ТР№ 8д/22	2022
Итого за приём пищи:		325	11,89	8,56	46,57	314,34		
Итого за день		1524	45,53	42,27	197,20	1356,57		

Старший повар

[Signature]

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра

[Signature]

И. Н. Инчина