

Утверждаю:

Директор МБОУ "Излучинская
общеобразовательная начальная школа"

Е. В. Шагвалева



21 Ноябрь 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 9								
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	200/5	5,13	7,1	31,51	210,39	TK№ 133д/22	2022
	Какао с молоком	200	3,29	3,36	14,45	101,14	TK№ 109д/22	2022
	Батон пшеничный В/С	25	1,93	0,75	12,53	64,75	TK№ 10д/22	2022
Итого за приём пищи:		430	10,35	11,21	58,49	376,28		
2 Завтрак	Кисломолочный напиток 2,5 % жирности	100	2,8	2,5	4,51	56,51	TK№ 28д/22	2022
Итого за приём пищи:		100	2,8	2,5	4,51	56,51		
Обед	Закуска из кукурузы и моркови (Р)	60	1,32	0,76	4,52	30,45	TK№ 46д/22	2022
	Свекольник с мясом и сметаной	180/15/6	5,43	6,85	9,82	122,82	TK№ 277д/22	2022
	Печень по-строгановски	70	10,63	7,42	5,4	131,11	TK№ 85д/22	2022
	Картофель отварной	130	2,57	3,55	20,39	123,8	TK№ 363д/22	2022
	Компот из изюма с витамином С	180	0,41	0,08	26,21	107,15	TK№ 84д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	30	2,28	0,24	14,76	70,5	TK№ 8д/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	59,4	TK№ 9д/22	2022
Итого за приём пищи:		701	24,62	19,26	92,98	645,23		
Полдник	Молоко кипяченое	200	5,83	6,4	9,55	119	TK№ 26д/22	2022
	Булочка плюшка	60	2,65	3,07	29,6	156,63	TK№ 339д/22	2022
Итого за приём пищи:		260	8,48	9,47	39,15	275,63		
Ужин	Запеканка творожная с яблоками	150	15,6	8,1	37,99	288,14	TK№ 373д/22	2022
	Напиток ягодный	180	0,1	0,04	11,23	47,67	TK№ 333д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	30	2,28	0,24	14,76	70,5	TK№ 8д/22	2022
	Фрукты по сезону, мандарины	130	1,11	0,29	9,63	45,58	TK№ 1д/22	2022
Итого за приём пищи:		490	19,09	8,67	73,61	451,89		
Итого за день		1981	65,34	51,11	268,74	1805,54		

Старший повар _____ Н. Г. Сафиканова

Мед сестра _____ И. Н. Инчина

Утверждаю:

Директор МБОУ "Излучинская
общеобразовательная начальная школа"

Е. В. Шагвалева

21 Ноябрь 2024 г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 1,5 - 3 лет



Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 9								
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	140/5	3,64	6,04	22,33	158,18	TK№ 133д/22	2022
	Какао с молоком	180	2,97	3,03	13	91,08	TK№ 109д/22	2022
	Батон пшеничный В/С	25	1,93	0,75	12,53	64,75	TK№ 10д/22	2022
Итого за приём пищи:		350	8,54	9,82	47,86	314,01		
2 Завтрак	Кисломолочный напиток 2,5 % жирности	100	2,8	2,5	4,51	56,51	TK№ 28д/22	2022
Итого за приём пищи:		100	2,8	2,5	4,51	56,51		
Обед	Закуска из кукурузы и моркови (Р)	30	0,66	0,41	2,26	15,48	TK№ 46д/22	2022
	Свекольник с мясом и сметаной	150/10/6	3,92	5,34	8,26	96,92	TK№ 277д/22	2022
	Печень по-строгановски	60	9,12	6,35	4,66	112,49	TK№ 85д/22	2022
	Картофель отварной	110	2,17	3,02	17,26	104,95	TK№ 363д/22	2022
	Компот из изюма	150	0,34	0,07	21,89	89,48	TK№ 84д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	TK№ 8д/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,99	0,18	5,94	29,7	TK№ 9д/23	2022
Итого за приём пищи:		546	18,34	15,49	67,65	484,27		
Полдник	Молоко кипяченое	150	4,37	4,8	7,17	89,25	TK№ 26д/22	2022
	Булочка плюшка	50	2,21	2,56	24,67	130,56	TK№ 339д/22	2022
Итого за приём пищи:		200	6,58	7,36	31,84	219,81		
Ужин	Запеканка творожная с яблоками	130	13,52	7,06	36,32	263,57	TK№ 373д/22	2022
	Напиток ягодный	150	0,09	0,03	9,36	39,72	TK№ 333д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	TK№ 8д/22	2022
	Фрукты по сезону, мандарины	105	0,89	0,23	7,78	36,81	TK№ 1д/22	2022
Итого за приём пищи:		400	15,64	7,44	60,84	375,35		
Итого за день			51,90	42,61	212,70	1449,95		

Старший повар

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра

И. Н. Инчина