

Утверждаю:

Директор МБОУ "Излучинская

общеобразовательная начальная школа"

Е. В. Шагвалеева

22 Май 2025 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 14								
Завтрак	Суп молочный гречневый	200	4,72	4,66	15,63	123,26	TK№ 372д/22	2022
	Чай с лимоном	200	0,17	0,04	14,76	60,04	TK№ 264д/22	2022
	Батон пшеничный В/С	30	2,31	0,9	15,03	77,7	TK№ 10д/22	2022
	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,57	0,07	32,59	TK№ 210д/22	2022
	Сыр (порциями)	6	1,39	1,75	0	21,27	TK№ 212д/22	2022
Итого за приём пищи:		441	8,63	10,92	45,49	314,86		
2 Завтрак	Кисломолочный напиток 2,5 % жирности	100	2,7	2,5	10,8	79	TK№ 28д/22	2022
Итого за приём пищи:		100	2,7	2,5	10,8	79		
Обед	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	50	0,52	5,01	1,82	54,44	TK№ 327д/22	2022
	Суп картофельный с лапшой домашней и курицей	180/20	6,63	7,44	13,92	149,2	TK№ 24д/22	2022
	Оладьи из печени	70	12,94	12,56	8,93	200,59	TK№ 58д/22	2022
	Картофель отварной	130	2,57	3,55	20,39	123,8	TK№ 363д/22	2022
	Соки в ассортименте	180	0,9	0,18	18,18	77,4	TK№ 292д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	20	1,52	0,16	9,84	47	TK№ 8д/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	39,6	TK№ 9д/22	2022
Итого за приём пищи:		670	26,4	29,14	81	692,03		
Полдник	Напиток из плодов шиповника	200	0,66	0,27	25,73	120,5	TK№ 213д/22	2022
	Пирожки печеные с картофелем	50	2,88	2,04	20,52	111,92	TK№ 287д/22	2022
Итого за приём пищи:		250	3,54	2,31	46,25	232,42		
Ужин	Огурцы свежие нарезка	60	0,48	0,06	1,5	8,4	TK№ 35д/22	2022
	Биточки по-белорусски	80	15,81	13,97	2,84	200,37	TK№ 298д/22	2022
	Ассорти овощное	150	2,29	6,2	12,06	113,31	TK№ 299д/22	2022
	Кисель из ягод св/м	200	0,12	0,04	25,04	103,05	TK№ 74д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	30	2,28	0,24	14,76	70,5	TK№ 8д/22	2022
Итого за приём пищи:		520	20,98	20,51	56,2	495,63		
Итого за день			62,25	65,38	239,74	1813,94		

Старший повар

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра

И. Н. Инчина

Утверждаю:

Директор МБОУ "Излучинская
общеобразовательная начальная школа"

Е. В. Шагвалеева

22 Май 2025 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 14								
Завтрак	Суп молочный гречневый	150	3,53	3,49	11,71	92,37	TKN№ 372д/22	2022
	Чай с лимоном	180	0,15	0,03	13,28	53,98	TKN№ 264д/22	2022
	Батон пшеничный В/С	25	1,93	0,75	12,53	64,75	TKN№ 10д/22	2022
	Масло сливочное (порциями)	3	0,03	2,14	0,04	19,55	TKN№ 210д/22	2022
	Сыр (порциями)	6	1,39	1,75	0	21,27	TKN№ 212д/22	2022
Итого за приём пищи:		364	7,03	8,16	37,56	251,92		
2 Завтрак	Кисломолочный напиток 2,5 % жирности	100	2,7	2,5	10,8	79	TKN№ 28д/22	2022
Итого за приём пищи:		100	2,7	2,5	10,8	79		
Обед	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	30	0,31	3	1,09	32,66	TKN№ 327д/22	2022
	Суп картофельный с лапшой домашней и курицей	150/15	5,19	5,85	11,79	120,62	TKN№ 24д/22	2022
	Оладьи из печени	50	9,24	8,97	6,38	143,28	TKN№ 58д/22	2022
	Картофель отварной	110	2,17	3,02	17,26	104,95	TKN№ 363д/22	2022
	Соки в ассортименте	150	0,75	0,15	15,15	64,5	TKN№ 292д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	TKN№ 8д/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	15	0,99	0,18	5,94	29,7	TKN№ 9д/22	2022
Итого за приём пищи:		535	19,79	21,29	64,99	530,96		
Полдник	Напиток из плодов шиповника	150	0,49	0,2	19,32	90,47	TKN№ 213д/22	2022
	Пирожки печеные с картофелем	50	2,87	2,04	20,44	111,51	TKN№ 287д/22	2022
Итого за приём пищи:		200	3,36	2,24	39,76	201,98		
Ужин	Огурцы свежие нарезка	40	0,32	0,04	1	5,6	TKN№ 35д/22	2022
	Биточки по-белорусски	50	9,89	8,7	1,77	124,97	TKN№ 298д/22	2022
	Ассорти овощное	110	1,67	4,54	8,85	82,95	TKN№ 299д/22	2022
	Кисель из ягод св/м	180	0,11	0,04	22,53	92,7	TKN№ 74д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	20	1,52	0,16	9,84	47	TKN№ 8д/22	2022
Итого за приём пищи:		400	13,51	13,48	43,99	353,22		
Итого за день			46,39	47,67	197,10	1417,08		

Старший повар

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра

И. Н. Инчина