

Утверждаю:

Директор МБОУ "Излучинская
общеобразовательная начальная школа"

Е. В. Шагвалева



29 Январь 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 13								
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200/5	6,57	7,18	30,6	213,29	TK№ 117д/22	2022
	Кофейный напиток	200	2,01	1,91	15,12	85,65	TK№ 124д/22	2022
	Батон пшеничный В/С	25	1,93	0,75	12,53	64,75	TK№ 10д/22	2022
Итого за приём пищи:		430	10,51	9,84	58,25	363,69		
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 квашеной капусты	60	0,51	0,07	0,98	6,56	TK№ 39д/22	2022
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180/20	4,47	2,28	12,98	90,25	TK№ 301д/22	2022
	Плов из птицы	180	14,28	16,27	31,09	327,88	TK№ 141д/22	2022
	Напиток яблочный с витамином С	180	0,09	0,1	15,29	62,4	TK№ 348д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	25	1,9	0,2	12,3	58,75	TK№ 8д/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	27	1,78	0,32	10,69	53,46	TK№ 9д/22	2022
Итого за приём пищи:		672	23,03	19,24	83,33	599,3		
Полдник	Молоко кипяченое	200	5,83	6,4	9,55	119	TK№ 26/22	2022
	Кондитерские изделия	50	2,95	2,35	37,5	183	TK№ 18д/22	2022
Итого за приём пищи:		250	8,78	8,75	47,05	302		
Ужин	Запеканка картофельная с мясом	160	12,34	17,24	25,45	306,3	TK№ 270д/22	2022
	Соки в ассортименте	180	0,9	0	22,86	99	TK№ 292д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	TK№ 8д/22	2022
Итого за приём пищи:		455	14,38	17,36	55,69	440,55		
Итого за день			59,60	57,69	248,32	1758,54		

Старший повар

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра

И. Н. Инчина

Утверждаю:

Директор МБОУ "Излучинская

общеобразовательная начальная школа"

Е. В. Шагвалева

29 Январь 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 13								
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150/5	4,98	6,28	23,2	169,14	TR№ 117д/22	2022
	Кофейный напиток	180	1,81	1,71	13,61	77,07	TR№ 124д/22	2022
	Батон пшеничный В/С	15	1,16	0,45	7,52	38,85	TR№ 10д/22	2022
Итого за приём пищи:		350	7,95	8,44	44,33	285,06		
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 квашеной капусты	30	0,26	0,03	0,49	3,28	TR№ 39д/22	2022
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150/15	3,6	1,89	10,97	75,24	TR№ 301д/22	2022
	Плов из птицы	130	10,32	11,75	22,43	236,73	TR№ 141д/22	2022
	Напиток яблочный	150	0,08	0,08	12,71	51,85	TR№ 348д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	20	1,52	0,16	9,84	47	TR№ 8д/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	39,6	TR№ 9д/22	2022
Итого за приём пищи:		515	17,1	14,15	64,36	453,7		
Полдник	Молоко кипяченое	180	5,24	5,76	8,6	107,1	TR№ 26/22	2022
	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15	73,2	TR№ 18д/22	2022
Итого за приём пищи:		200	6,42	6,7	23,6	180,3		
Ужин	Запеканка картофельная с мясом	130	10,02	13,98	20,68	248,66	TR№ 270д/22	2022
	Соки в ассортименте	150	0,75	0	19,05	82,5	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:		295	11,91	14,1	47,11	366,41		
Итого за день			46,28	45,89	183,40	1338,47		

Старший повар

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра

И. Н. Инчина