

Утверждаю:

Директор МБОУ "Излучинская  
общеобразовательная начальная школа"

Е. В. Шагвалева



30 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 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)	6	0,05	4,29	0,08	39,1	TK№ 210д/22	2022
	Сыр (порциями)	8	1,85	2,33	0	28,36	TK№ 212д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>444</b>	<b>9,10</b>	<b>12,22</b>	<b>45,50</b>	<b>328,46</b>		
2 Завтрак	Кисломолочный напиток 2,5 % жирности	100	2,7	2,5	10,8	79	TK№ 28д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>100</b>	<b>2,7</b>	<b>2,5</b>	<b>10,8</b>	<b>79</b>		
Обед	Салат из свеклы с сыром	50	2,33	4,69	3,51	65,57	TK№ 44д/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
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>650</b>	<b>26,89</b>	<b>28,58</b>	<b>74,77</b>	<b>663,56</b>		
Полдник	Напиток из плодов шиповника	200	0,66	0,27	25,73	120,5	TK№ 213д/22	2022
	Пирожки печеные с картофелем	60	3,52	2,48	25,19	137,15	TK№ 287д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>260</b>	<b>4,18</b>	<b>2,75</b>	<b>50,92</b>	<b>257,65</b>		
Ужин	Гуляш из говядины	60	13,83	12,2	2,48	175,11	TK№ 298д/22	2022
	Каша перловая рассыпчатая	150	2,29	6,2	12,06	113,31	TK№ 299д/22	2022
	Кисель из ягод св/м	180	0,11	0,04	22,53	92,73	TK№ 74д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	23	1,75	0,18	11,32	54,05	TK№ 8д/22	2022
	Фрукты по сезону	100	0,85	0,22	8,07	37,67	TK№ 1д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>513</b>	<b>18,83</b>	<b>18,84</b>	<b>56,46</b>	<b>472,87</b>		
<b>Итого за день</b>			<b>61,70</b>	<b>64,89</b>	<b>238,45</b>	<b>1801,54</b>		

Старший повар

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра

И. Н. Инчина

Утверждаю:

Директор МБОУ "Излучинская  
общеобразовательная начальная школа"

Е. В. Шагвалева



30 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 14								
Завтрак	Суп молочный гречневый	150	3,53	3,49	11,71	92,37	ТР№ 372д/22	2022
	Чай с лимоном	180	0,15	0,03	13,28	53,98	ТР№ 264д/22	2022
	Батон пшеничный В/С	25	1,93	0,75	12,53	64,75	ТР№ 10д/22	2022
	Масло сливочное (порциями)	3	0,03	2,14	0,04	19,55	ТР№ 210д/22	2022
	Сыр (порциями)	6	1,39	1,75	0	21,27	ТР№ 212д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>364</b>	<b>7,03</b>	<b>8,16</b>	<b>37,56</b>	<b>251,92</b>		
2 Завтрак	Кисломолочный напиток 2,5 % жирности	100	2,7	2,5	10,8	79	ТР№ 28д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>100</b>	<b>2,7</b>	<b>2,5</b>	<b>10,8</b>	<b>79</b>		
Обед	Салат из свеклы с сыром	30	1,4	2,81	2,11	39,34	ТР№ 44д/22	2022
	Суп картофельный с лапшой домашней и курицей	150/15	5,19	5,85	11,79	120,62	ТР№ 24д/22	2022
	Оладьи из печени	50	9,24	8,97	6,38	143,28	ТР№ 58д/22	2022
	Картофель отварной	110	2,17	3,02	17,26	104,95	ТР№ 363д/22	2022
	Соки в ассортименте	150	0,75	0,15	15,15	64,5	ТР№ 292д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	ТР№ 8д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>520</b>	<b>19,89</b>	<b>20,92</b>	<b>60,07</b>	<b>507,94</b>		
Полдник	Напиток из плодов шиповника	150	0,49	0,2	19,32	90,47	ТР№ 213д/22	2022
	Пирожки печеные с картофелем	50	2,88	2,04	20,52	111,92	ТР№ 287д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>200</b>	<b>3,37</b>	<b>2,24</b>	<b>39,84</b>	<b>202,39</b>		
Ужин	Гуляш из говядины	50	9,89	8,7	1,77	124,97	ТР№ 298д/22	2022
	Каша перловая рассыпчатая	130	1,67	4,54	8,85	82,95	ТР№ 299д/22	2022
	Кисель из ягод св/м	150	0,09	0,03	18,78	77,26	ТР№ 74д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	ТР№ 8д/22	2022
	Фрукты по сезону	95	0,4	0,43	9,22	38,29	ТР№ 1д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>440</b>	<b>13,19</b>	<b>13,82</b>	<b>46</b>	<b>358,72</b>		
<b>Итого за день</b>			<b>46,18</b>	<b>47,64</b>	<b>194,27</b>	<b>1399,97</b>		

Старший повар

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра

И. Н. Инчина