

Согласовано:
директор МБОУ
"Ланторская СОШ № 5"



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества



МЕНЮ
ЗАВТРАК 1 СМЕНА (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ, 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)
С 13.05.2024г.-17.05.2024г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Понедельник 13.05.2024г. (1 неделя 1 день п/п)							
Каша молочная вязкая манная с маслом сливочным	табл.№4, №302	205	7,00	6,40	25,40	157,00	29,88
Сыр (порциями)	№97	15	3,30	4,00	0,00	49,00	16,97
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	15,70
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,35
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Фрукт (мандарин) свежий	порционно	156	1,25	0,30	11,73	59,28	90,48
Итого за приём		636	15,66	18,56	69,28	477,85	166,00
Вторник 14.05.2024г. (1 неделя 2 день п/п)							
Запеканка из творога (со сгущённым молоком)	№366	100	15,30	11,20	23,10	254,00	79,20
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	табл.№4, №302	155	6,44	7,17	33,31	216,00	23,87
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,35
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	161	1,29	0,31	12,11	61,18	49,96
Итого за приём		666	27,08	19,28	100,59	677,86	166,00
Среда 15.05.2024г. (1 неделя 3 день п/п)							
Вареники отварные с овощным (картофель), с маслом сливочным	№725	210	10,47	15,69	30,00	465,00	75,38
Батон нарезной	порционно	38	2,66	0,38	18,61	89,30	9,64
Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной)	порционно	30	2,40	1,05	15,30	78,90	10,80
Какао "Панда"(витаминизированный) витамины В1,В6,РР,С	№ 693	200	0,81	0,41	10,53	49,00	30,18
Сок вырабатываемый промышленностью в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	20,00	80,00	40,00
Итого за приём		678	16,94	17,93	94,44	762,20	166,00
Четверг 16.05.2024г. (1 неделя 4 день п/п)							
Рис припущенный с маслом сливочным	№512	180	4,20	5,70	35,00	239,00	24,52
Рыба (горбуша) тушёная в томате с овощами	№374	100	13,00	9,31	4,42	144,20	66,26
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	4,95
Хлеб ржаной	порционно	29	2,22	0,29	14,79	70,91	5,02
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Кондитерское изделие (сушки)	порционно	40	4,28	0,48	28,48	136,00	10,80
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	161	1,29	0,31	12,11	61,18	49,96
Итого за приём		740	27,48	16,49	116,57	748,59	166,00
Пятница 17.05.2024г. (1 неделя 5 день п/п)							
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	21,26
Котлета или биточек мясной с соусом томатным	№454,587	100	7,80	6,40	6,90	117,00	65,03
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	15,70
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	4,95
Хлеб ржаной	порционно	26	1,99	0,26	13,26	63,57	4,57
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Имунеле с витаминами D3, В6 + лактобактерии	порционно	100	2,50	2,50	11,50	79,00	50,00
Итого за приём		646	21,44	21,52	93,51	655,76	166,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/

Согласовано:

директор МБОУ
"Ланторская СОШ № 5"



Утверждаю:

председатель правления
территориального
потребительского общества



МЕНЮ
ОБЕД (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)(2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 13.05.2024г.-17.05.2024г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	ЭЦ,ккал	Цена
			всего	всего			
Понедельник 13.05.2024г. (1 неделя 3 день п/п)							
Салат из свежих помидоров и огурцов(без лука)	№20	100	0,80	19,70	3,10	193,00	57,69
Суп кудрявый	ТТК№33	250	2,70	4,00	18,40	122,00	47,19
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл№4,№297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	27,59
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	87,24
Хлеб пшеничный		31	2,17	0,31	15,19	72,85	5,08
Хлеб ржаной		30	2,30	0,30	15,30	73,35	5,22
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	9,99
Кондитерское изделие (печенье)	порционно	25	1,88	4,75	36,08	115,00	8,00
Итого за прием		916	31,05	45,96	165,37	1122,20	248,00
Вторник 14.05.2024г. (1 неделя 2 день п/п)							
Огурец солёный порционно		100	0,80	0,10	1,70	12,00	58,80
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	№ 124	260	2,00	5,10	8,70	90,00	29,46
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	26,90	176,00	40,39
Голубцы с мясом и рисом (ленивые)	№485	100	6,26	6,21	4,85	168,00	52,96
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционно	23	1,76	0,23	11,73	56,24	4,00
Компот из яблок	№631	200	0,12	0,11	24,65	60,50	18,26
Сок вырабатываемый промышленностью в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	20,00	80,00	40,00
Итого за прием		1088	17,39	17,90	110,78	701,49	248,00
Среда 15.05.2024г. (1 неделя 1 день п/п)							
Салат"Оранжевый рай"	ТТК №78	100	3,70	11,20	6,40	142,00	24,92
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	21,98
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	21,26
Биточек "Особый"	ТТК № 90	100	19,00	10,90	11,80	222,00	97,22
с маслом сливочным		5	0,03	3,63	0,04	32,95	7,85
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	4,95
Хлеб ржаной	порционно	28	2,14	0,28	14,28	68,46	4,80
Компот "Вишенка"(из замороженной вишни)	ТТК №37	200	0,30	0,10	22,00	87,00	28,02
Кондитерское изделие (печенье в индивидуальной	порционно	28	1,10	5,10	35,00	124,60	37,00
Итого за прием		921	40,57	40,31	162,02	1112,51	248,00
Четверг 16.05.2024г. (1 неделя 4 день п/п)							
Огурец свежий порционно	ст 70-71	100	0,80	0,10	2,50	14,00	63,00
Суп любительский	№93, сб.р. 2008г	250	5,90	2,60	25,30	149,00	23,23
Птица тушеная в соусе с овощами	№488	200	22,00	27,40	16,90	358,00	100,15
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционно	23	1,76	0,23	11,73	56,24	3,99
Напиток апельсиновый	№699	200	0,10	0,00	22,90	88,00	13,50
Сок вырабатываемый промышленностью в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	20,00	80,00	40,00
Итого за прием		998	32,91	30,98	111,58	803,99	248,00
Пятница 17.05.2024г. (1 неделя 5 день п/п)							
Салат из свежих помидоров	№19	100	0,95	20,14	3,96	198,00	52,17
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	30,53
Плов из птицы (бедро)	№492	200	17,40	22,80	34,20	373,00	64,58
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,35
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	9,99
Фрукт (мандарин) свежий	порционно	142	1,14	0,28	10,59	53,96	82,25
Итого за приём		952	26,15	49,32	113,55	960,84	248,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/

Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества
для
ДОКУМЕНТОВ
Е.А. Завьялова



**МЕНИЮ
ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ДОТАЦИЯ) (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 13.05.2024г.-17.05.2024г.**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы		
Понедельник 13.05.2024г. (1 неделя 1 день п/п)							
Каша молочная вязкая манная	табл.№4, №302	300	10,47	4,27	57,86	313,05	31,58
Хлеб пшеничный	порционнo	27	1,89	0,27	13,23	63,45	4,07
Хлеб ржаной	порционнo	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,00
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за приём		552	14,66	4,89	90,91	464,43	44,00
Вторник 14.05.2024г. (1 неделя 2 день п/п)							
Каша молочная вязкая пшеничная	табл.№4, №302	300	11,17	4,77	63,06	341,05	30,61
Хлеб пшеничный	порционнo	30	2,10	0,30	14,70	70,50	4,50
Хлеб ржаной	порционнo	29	2,22	0,29	17,79	70,91	4,54
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за приём		559	15,88	5,46	102,62	509,26	44,00
Среда 15.05.2024г. (1 неделя 3 день п/п)							
Каша молочная вязкая из геркулеса	табл.№4, №302	300	12,57	8,17	57,06	353,05	31,96
Хлеб пшеничный	порционнo	25	1,75	0,25	12,25	58,75	3,75
Хлеб ржаной	порционнo	25	1,91	0,25	12,75	61,13	3,94
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за приём		550	16,62	8,77	89,13	499,73	44,00
Четверг 16.05.2024г. (1 неделя 4 день п/п)							
Каша молочная вязкая кукурузная	табл.№4, №302	300	9,37	4,67	72,36	372,05	32,16
Хлеб пшеничный	порционнo	25	1,75	0,25	12,25	58,75	3,49
Хлеб ржаной	порционнo	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,00
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за приём		550	13,42	5,27	104,43	518,73	44,00
Пятница 17.05.2024г. (1 неделя 5 день п/п)							
Каша молочная вязкая пшённая	табл.№4, №302	300	12,07	6,27	60,46	348,05	31,36
Хлеб пшеничный	порционнo	29	2,03	0,29	14,21	68,15	4,29
Хлеб ржаной	порционнo	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,00
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за приём		554	16,40	6,91	94,49	504,13	44,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/