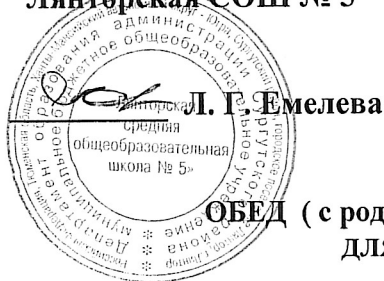


Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"



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



МЕНЮ

ОБЕД (с родительской доплатой 192,0 руб; 148,0 руб + 44 дотация) (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 20.05.2024г.-24.05.2024г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 200	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Понедельник 20.05.2024г. (2 неделя 1 день)							
Огурец солёный порционно		100	0,80	0,10	1,70	12,00	58,80
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
Голубцы с мясом и рисом (ленивые)	№485	100	6,26	6,21	4,85	124,00	52,96
Хлеб пшеничный	порционно	21	1,47	0,21	10,29	49,35	3,52
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	3,48
Сок вырабатываемый промышленностью	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	24,00
Кондитерское изделие (печенье)	порционно	50	3,76	9,50	72,16	230,00	16,00
Итого за прием		921	26,62	25,42	189,60	969,25	202,00
Вторник 21.05.2024г. (2 неделя 2 день п/п)							
Салат"Оранжевый рай"	ТТК №78	100	3,70	11,20	6,40	142,00	24,92
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	30,53
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом сливк	№718	205	21,20	20,70	40,90	450,70	127,75
Хлеб пшеничный	порционно	27	1,89	0,27	13,23	63,45	4,46
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
Итого за прием		817	31,70	38,02	113,08	933,28	202,00
Среда 22.05.2024г. (2 неделя 3 день п/п)							
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	100	1,20	10,00	7,10	124,00	28,58
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
Котлеты рыбные любительские	№390	100	12,60	4,90	5,90	118,00	69,56
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционно	21	1,61	0,21	10,71	51,35	3,69
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	9,99
Кондитерское изделие (вафля)	порционно	30	1,50	9,00	18,60	162,00	16,20
Итого за прием		916	25,76	35,06	117,66	890,10	202,00
Четверг 23.05.2024г. (2 неделя 4 день п/п)							
Салат из свежих помидоров	№19	100	0,95	20,14	3,96	198,00	52,17
Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140	250	2,70	2,60	18,90	111,00	25,25
Рис припущенный с маслом сливочным	№512	180	4,20	5,70	41,70	239,00	24,52
Тефтели (1 вариант)	№461	100	8,30	11,20	9,40	172,00	71,27
Хлеб пшеничный	порционно	40	2,80	0,40	19,58	94,00	6,60
Хлеб ржаной	порционно	31	2,37	0,10	15,81	75,80	5,45
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	9,99
Кондитерское изделие (сушки)	порционно	25	2,68	0,30	17,80	85,00	6,75
Итого за прием		926	25,00	40,54	154,65	1084,80	202,00
Пятница 24.05.2024г. (2 неделя 5 день п/п)							
Салат из красной фасоли с зеленью	№47	100	7,50	5,70	14,70	140,00	19,53
Суп картофельный с крупой	№ 138	250	4,50	2,90	30,10	164,00	21,41
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	26,90	176,00	40,39
Суфле из печени (с маслом сливочным)	№ 321 Сб.р. 20	105	15,60	10,30	10,80	199,00	73,84
Хлеб пшеничный	порционно	20	1,40	0,20	9,80	47,00	3,36
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	3,48
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	9,99
Кондитерское изделие	порционно	30	1,71	9,18	18,00	19,60	30,00
Итого за прием		905	37,34	34,08	148,00	904,50	202,00

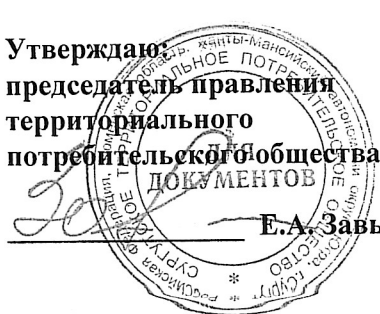
Технолог:

/ В. А. Лебедева/

Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества



Е.А. Завьялова

МЕНЮ
ОБЕД (с родительской платой) (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ
С 20.05.2024г.-24.05.2024г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 200	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Понедельник 20.05.2024г. (2 неделя 1 день)							
Огурец солёный порционно	порционно	60	0,47	0,06	1,00	7,00	35,28
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	21,98
Макаронные изделия отварные	№332,516	150	5,47	3,98	33,36	194,00	17,71
Голубцы с мясом и рисом (ленивые)	№485	100	6,26	6,21	4,85	124,00	52,96
Хлеб пшеничный	порционно	23	1,61	0,23	11,21	54,05	3,84
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	3,48
Сок вырабатываемый промышленностью	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	24,00
Кондитерское изделие (сушки)	порционно	25	2,68	0,30	17,80	85,00	6,75
Итого за прием		828	24,22	15,48	128,82	784,95	166,00
Вторник 21.05.2024г. (2 неделя 2 день п/п)							
Салат"Оранжевый рай"	ТТК №78	60	2,22	6,72	3,84	85,20	14,95
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	30,53
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом сливк	№718	155	15,91	15,50	30,66	338,00	93,11
Хлеб пшеничный	порционно	29	2,03	0,29	14,21	68,15	4,80
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,35
Компот из яблок	№631	200	0,12	0,11	24,65	33,08	18,26
Итого за прием		729	24,19	28,37	98,41	691,56	166,00
Среда 22.05.2024г. (2 неделя 3 день п/п)							
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	60	1,50	6,00	5,40	81,00	17,27
Щи из свежей капусты с картофелем	№ 124	250	2,03	5,13	8,65	89,57	24,56
Пюре картофельное	№520	150	3,80	4,60	25,63	162,00	32,89
Котлеты рыбные любительские	№390	100	12,60	4,90	5,90	118,00	69,56
Хлеб пшеничный	порционно	39	2,73	0,39	19,10	91,65	6,51
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,00	73,35	5,22
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	9,99
Итого за прием		829	25,96	21,42	107,18	725,57	166,00
Четверг 23.05.2024г. (2 неделя 4 день п/п)							
Салат из свежих помидоров	№19	60	0,60	11,80	2,30	119,00	31,30
Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140	250	2,70	2,60	18,90	111,00	25,25
Рис припущенный с маслом сливочным	№512	150	3,60	5,30	36,28	211,00	20,43
Тефтели (1 вариант)	№461	100	8,30	11,20	9,40	172,00	71,27
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционно	21	1,61	0,21	10,71	51,35	3,63
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	9,99
Итого за прием		806	19,56	31,46	117,34	833,10	166,00
Пятница 24.05.2024г. (2 неделя 5 день п/п)							
Салат из красной фасоли с зеленью	№47	73	5,48	4,16	10,73	102,20	14,44
Суп картофельный с крупой	№ 138	250	4,50	2,90	30,10	164,00	21,41
Пюре картофельное	№520	150	3,80	4,60	25,63	162,00	33,66
Суфле из печени (с маслом сливочным)	№ 321 Сб.р. 20	105	15,60	10,30	10,80	199,00	73,84
Хлеб пшеничный	порционно	40	2,80	0,40	19,58	94,00	6,60
Хлеб ржаной	порционно	35	2,68	0,35	17,85	85,58	6,06
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	9,99
Итого за прием		853	35,86	22,81	142,19	916,78	166,00

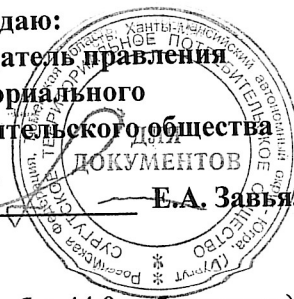
Технолог:

/ В. А. Лебедева/

Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"



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



МЕНЮ

**ЗАВТРАК 1 СМЕНА (с родительской доплатой 116,0 руб + 44,0 руб дотация)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 20.05.2024г.-24.05.2024г.**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Понедельник 20.05.2024г. (2 неделя 1 день)							
Огурец/помидор свежий порционно(20/20)	порционно	40	0,38	0,06	1,24	7,80	25,40
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом сливочным	№718	205	21,20	20,70	40,90	450,70	127,75
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционно	24	1,84	0,24	12,24	58,68	4,23
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Итого за приём		494	25,56	21,35	73,70	602,73	166,00
Вторник 21.05.2024г. (2 неделя 2 день п/п)							
Макаронны с сыром с поджариванием	№333	180	10,61	16,60	33,52	330,30	51,20
огурец солёный порционно		20	0,16	0,02	0,33	2,00	11,76
Котлета мясная	№451	60	8,60	7,00	7,30	128,00	68,70
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	4,13
Хлеб ржаной	порционно	22	1,68	0,22	11,22	53,79	3,90
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Булочка Домашняя	№282, сб.р. 200г	60	4,40	7,10	34,00	218,00	21,82
Итого за приём		567	27,59	31,29	105,69	817,64	166,00
Среда 22.05.2024г. (2 неделя 3 день п/п)							
Огурец свежий порционно	ст 70-71	60	0,47	0,06	1,50	8,40	37,80
Плов из птицы(бедро)	№492	200	17,40	22,80	34,20	373,00	64,58
Хлеб пшеничный	порционно	29	2,03	0,29	14,21	68,15	4,78
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
Имунеле с витаминами D3, B6 + лактобактерии	порционно	100	2,50	2,50	11,50	79,00	50,00
Итого за приём		614	24,70	26,00	81,23	616,48	166,00
Четверг 23.05.2024г. (2 неделя 4 день п/п)							
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	26,90	176,00	40,39
Курица запечёная (кылья)	ТТК № 50	100	25,48	25,84	0,00	333,20	87,76
Хлеб пшеничный	порционно	26	1,82	0,26	12,74	61,10	4,56
Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной)	порционно	25	2,00	0,88	19,63	65,75	9,00
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,09
Кондитерское изделие (вафля)	порционно	30	1,50	9,00	18,60	162,00	16,20
Итого за приём		561	35,14	41,53	91,72	825,65	166,00
Пятница 24.05.2024г. (2 неделя 5 день п/п)							
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	21,26
Гуляш из курицы (филе)	ТТК № 51	100	26,90	3,80	2,00	150,00	93,34
Хлеб пшеничный	порционно	21	1,47	0,21	10,29	49,35	3,43
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	3,48
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,49
Нектар фруктовый,вырабатываемый промышленностью в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	40,00
Итого за приём		721	37,49	9,41	102,16	648,05	166,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева /