

Согласовано:
директор МБОУ
"Лянгорская СОШ № 5"



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества



**МЕНЮ
ЗАВТРАК 1 СМЕНА**

(ДЛЯ ДЕТЕЙ НУЖДАЮЩИХСЯ В ДИЕТИЧЕСКОМ ПИТАНИИ-САХАРНЫЙ ДИАБЕТ, СТОЛ №. 9)
С 7-11 ЛЕТ, С 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		
Понедельник 13.05.2024г. (1 неделя 1 день п/п)							
Каша молочная вязкая пшённая с маслом сливочным (без сахара)	табл.№4, №302	205	6,84	9,97	39,20	286,00	
Сыр (порциями)	№97	15	3,30	4,00	0,00	49,00	
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	
Хлеб ржаной	порционнно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Фрукт (мандарин) свежий		150	1,20	0,30	11,25	57,00	
Итого за приём		630	15,25	22,08	73,69	594,94	166,00
Вторник 14.05.2024г. (1 неделя 2 день п/п)							
Запеканка из творога (без сахара)	№366	100	16,76	11,72	10,34	172,41	
Каша молочная вязкая из геркулеса с маслом сливочным (без сахара)	табл.№4, №302	155	6,74	8,26	26,44	200,04	
Хлеб ржаной	порционнно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Фрукт (яблоко) свежий		160	0,64	0,64	14,40	75,20	
Итого за приём		665	27,99	21,17	74,34	584,70	166,00
Среда 15.05.2024г. (1 неделя 3 день п/п)							
Картофель отварной	№518	180	3,78	4,05	30,87	178,20	
Птица отварная	№ 487	100	26,26	26,50	0,33	382,00	
Сыр (порциями)	№97	15	3,30	4,00	0,00	49,00	
Хлеб ржаной	порционнно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Сок томатный, вырабатываемый промышленностью в индивидуальной упаковке	№ 707	200	2,00	0,20	5,60	36,00	
Итого за приём		745	39,19	35,30	59,96	782,25	166,00
Четверг 16.05.2024г. (1 неделя 4 день п/п)							
Каша перловая рассыпчатая	табл.№4, №297	180	4,70	6,50	33,30	214,00	
Рыба (горбуша) тушёная в томате с овощами	№374	100	13,00	9,31	4,42	144,20	
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	
Хлеб ржаной	порционнно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Фрукт (яблоко) свежий		160	0,64	0,64	14,40	75,20	
Итого за приём		700	22,25	24,26	75,36	636,34	166,00
Пятница 17.05.2024г. (1 неделя 5 день п/п)							
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл.№4, №297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	
Котлета или биточек мясной с соусом томатным (без сахара)	№454, 587	100	7,80	6,40	6,90	117,00	
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	
Хлеб ржаной	порционнно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Фрукт (яблоко) свежий		160	0,64	0,64	14,40	75,20	
Итого за приём		700	22,55	21,95	88,84	681,14	166,00

Согласовано:
директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества



**МЕНЮ
ОБЕД**

**(ДЛЯ ДЕТЕЙ НУЖДАЮЩИХСЯ В ДИЕТИЧЕСКОМ ПИТАНИИ-САХАРНЫЙ ДИАБЕТ, СТОЛ №. 9)
С 7-11 ЛЕТ, С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)
С 13.05.2024г.-17.05.2024г.**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,	ЭЦ,ккал	Цена
			всего	всего	г.		
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	
Суп кудрявый	ТТК№33	250	2,70	4,00	18,40	122,00	
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл.№4,№297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе (без сахара)	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	
Хлеб ржаной (без сахара)	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Итого за прием		680	27,16	40,95	94,38	861,65	248,00
Вторник 14.05.2024г. (1 неделя 2 день п/п)							
Огурец свежий порционно	ст 70-71	100	0,80	0,10	2,50	14,00	
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	№ 124	260	2,00	5,10	8,70	90,00	
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	26,90	176,00	
Голубцы с мясом и рисом (ленивые)	№485	100	6,26	6,21	4,85	168,00	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Компот из яблок (без сахара)	№631	200	0,13	0,13	3,14	33,08	
Сок томатный,вырабатываемый промышленностью в индивидуальной упаковке	№ 707	200	2,00	0,20	5,60	36,00	
Итого за прием		1090	18,75	17,69	74,77	627,73	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	
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	
Каша перловая рассыпчатая	табл.№4,№297	180	4,70	6,50	33,30	214,00	
Биточек "Особый" с маслом сливочным	ТТК № 90	100	19,00	10,90	11,80	222,00	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Компот "Вишенка"(из замороженной вишни) (без сахара)	ТТК №37	200	0,30	0,10	3,90	18,00	
Итого за прием		885	36,79	36,88	96,32	871,60	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	
Суп любительский	№93, сб.р. 2008г.	250	5,90	2,60	25,30	149,00	
Птица тушеная в соусе с овощами	№488	200	22,00	27,40	16,90	358,00	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Напиток апельсиновый (без сахара)	№699	200	0,10	0,00	1,10	6,00	
Сок томатный,вырабатываемый промышленностью в индивидуальной упаковке	№ 707	200	2,00	0,20	5,60	36,00	
Итого за прием		1000	34,26	30,75	74,48	673,65	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	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной (без сахара)	№ 110	260	2,10	6,30	10,50	94,00	
Каша перловая рассыпчатая	табл.№4,№297	180	4,70	6,50	33,30	214,00	
Птица отварная	№ 487	100	26,26	26,50	0,33	382,00	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	№639	200	1,00	0,10	10,20	70,00	
Фрукт (мандарин) свежий		140	1,12	0,28	10,50	53,20	
Итого за прием		1030	39,59	60,27	91,87	1121,85	248,00

Согласовано:

директор МБОУ
«Лянторская СОШ № 5»

Л. Г. Емелева

Утверждаю:

председатель правления
территориального
потребительского общества

Е. А. Завьялова

МЕНЮ

ПОЛДНИК 2 СМЕНА

(ДЛЯ ДЕТЕЙ НУЖДАЮЩИХСЯ В ДИЕТИЧЕСКОМ ПИТАНИИ-САХАРНЫЙ ДИАБЕТ, СТОЛ №. 9)

С 7-11 ЛЕТ, С 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		
Понедельник 13.05.2024г. (1 неделя 1 день п/п)							
Сок томатный,вырабатываемый промышленностью	№ 707	200	2,00	0,20	5,60	36,00	
в индивидуальной упаковке							
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Фрукт (мандарин) свежий		150	1,20	0,30	11,25	57,00	
Итого за приём		400	6,66	0,95	39,93	203,65	166,00
Вторник 14.05.2024г. (1 неделя 2 день п/п)							
Запеканка из творога (без сахара)	№366	80	13,90	9,50	6,40	188,00	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Фрукт (яблоко) свежий		150	0,60	0,60	13,50	70,50	
Итого за приём		480	18,35	10,65	43,06	395,55	166,00
Среда 15.05.2024г. (1 неделя 3 день п/п)							
Бутерброд горячий с сыром (на ржаном хлебе)	№10	120	16,80	19,60	26,40	354,00	
Сок томатный,вырабатываемый промышленностью	№ 707	200	2,00	0,20	5,60	36,00	
в индивидуальной упаковке							
Фрукт (мандарин) свежий		150	1,20	0,30	11,25	57,00	
Итого за приём		470	20,00	20,10	43,25	447,00	166,00
Четверг 16.05.2024г. (1 неделя 4 день п/п)							
Кисломолочный напиток (кефир)	порционно	200	5,80	5,00	8,00	118,00	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	190	0,74	0,74	17,10	89,30	
Итого за приём		440	10,00	6,19	48,18	317,95	166,00
Пятница 17.05.2024г. (1 неделя 5 день п/п)							
Сок томатный,вырабатываемый промышленностью	№ 707	200	2,00	0,20	5,60	36,00	
(в индивидуальной упаковке)							
Бутерброд горячий с сыром (на ржаном хлебе)	№10	120	16,80	19,60	26,40	354,00	
Фрукт (груша) свежий	порционно	150	0,80	0,60	19,60	93,98	
Итого за приём		470	19,60	20,40	51,60	483,98	166,00

Согласовано:

директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 5"



Л. Г. Емелева

Утверждаю:

председатель правления
территориального
потребительского общества
для
ДОКУМЕНТОВ

Е.А. Завылова



МЕНЮ

ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ДОТАЦИЯ) (2 вариант)

(ДЛЯ ДЕТЕЙ НУЖДАЮЩИХСЯ В ДИЕТИЧЕСКОМ ПИТАНИИ-САХАРНЫЙ ДИАБЕТ, СТОЛ №. 9)

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 пшённая (без сахара)	табл.№4,№302	300	12,07	6,27	58,80	348,05	
Хлеб ржаной		50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Итого за приём		550	15,92	6,82	81,96	485,10	44,00
Вторник 14.05.2024г. (1 неделя 2 день п/п)							
Каша молочная вязкая из геркулеса (без сахара)	табл.№4,№302	300	12,57	8,17	47,08	313,15	
Хлеб ржаной		50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Итого за приём		550	16,42	8,72	70,24	450,20	44,00
Среда 15.05.2024г. (1 неделя 3 день п/п)							
Каша молочная вязкая из геркулеса (без сахара)	табл.№4,№302	300	12,57	8,17	47,08	313,15	
Хлеб ржаной		50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Итого за приём		550	16,42	8,72	70,24	450,20	44,00
Четверг 16.05.2024г. (1 неделя 4 день п/п)							
Каша молочная вязкая кукурузная (без сахара)	табл.№4,№302	300	9,37	4,67	62,38	332,15	
Хлеб ржаной	№374	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Итого за приём		550	13,22	5,22	85,54	469,20	44,00
Пятница 17.05.2024г. (1 неделя 5 день п/п)							
Каша молочная вязкая пшённая (без сахара)	табл.№4,№302	300	12,07	6,27	58,80	348,05	
Хлеб ржаной		50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Итого за приём		550	15,92	6,82	81,96	485,10	44,00