

"УТВЕРЖДАЮ":



ИП Николаева М.А.

"СОГЛАСОВАНО":



Дата: 05.05.2025

ДЕНЬ 1

МЕНЮ (1-4 класс)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	№ рецептур
<u>Завтрак</u>			
48/2	Горох овощной отварной с маслом сливочным горошек зеленый консервированный, масло сливочное.	Калорийность-45, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-4	131
150/10	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом крупа пшеничная "артек", масло сливочное., соль поваренная йодированная	Калорийность-268, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-41	171
50/50	Гуляш (курица) филе грудки, лук репчатый, томат-паста, масло растительное., мука пшеничная в с	Калорийность-148, Белки-18, Жиры-7, Углеводы-4	260,01
36	Хлеб пшеничный	Калорийность-85, Белки-3, Углеводы-18	299,01
200	Чай с сахаром сахар-песок, чай черный	Калорийность-60, Углеводы-15	376

Итого за Калорийность-606, Белки-30, Жиры-17, Углеводы-82

Итого стоимость комплексного завтрака:

122,42

МЕНЮ (ГПД)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	№ рецептур
<u>Обед</u>			
200	Суп картофельный с бобовыми картофель, горох, лук репчатый, морковь., масло растительное., соль., лист лавровый	Калорийность-123, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-16	102
60	Икра кабачковая консервированная	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	1,01
150	Макаронные изделия отварные с маслом макаронные изделия высшего сорт, масло сливочное., соль поваренная йодированная	Калорийность-220, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	203,02
80	Котлеты, биточки (особые) с маслом) говядина 1 кат., филе грудки, хлеб пшеничный., сухари панировочные, масло сливочное., масло растительное.	Калорийность-244, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-11	269,01
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	299,01
27	Хлеб ржаной	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-13	302
200	Соки овощные, фруктовые и ягодные	Калорийность-104, Белки-1, Углеводы-24	389

Итого за Обед Калорийность-871, Белки-29, Жиры-33, Углеводы-114

Итого стоимость комплексного обеда:

153,00

Повар

"УТВЕРЖДАЮ":



ИП Николаева М.А.

"СОГЛАСОВАНО":



Дата: 05.05.2025

ДЕНЬ 1
МЕНЮ (5-11 класс)
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	№ рецептур
Обед			
250	Суп картофельный с бобовыми <i>картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль, лист лавровый</i>	Калорийность-153, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-20	102
80	Икра кабачковая консервированная	Калорийность-95, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-6	1,01
143/7	Макаронные изделия отварные с маслом <i>макаронные изделия высшего сорта, масло сливочное, соль поваренная йодированная</i>	Калорийность-220, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35	203,02
73/7	Котлеты, биточки (особые) с маслом <i>говядина 1 кат., филе грудки, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло сливочное, масло растительное</i>	Калорийность-244, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-11	269,01
37	Хлеб пшеничный	Калорийность-87, Белки-3, Углеводы-18	299,01
30	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	302
200/7	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимоны, чай черный</i>	Калорийность-62, Углеводы-15	377
Итого за Обед		Калорийность-931, Белки-31, Жиры-35, Углеводы-121	153,00

Итого стоимость комплексного обеда:

Повар