

06.12.2021



МЕНЮ

с 5 -11кл. ММС

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
биточки рыбные с томатными соусом	60		0,40	4,10	2,20	46,70
биточки рыбные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20
Рис припущенный	180		4,60	7,90	47,10	277,70
КРУПА РИСОВАЯ	63	63	4,3	0,6	45,2	203,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,36	132,36	0	0	0	0,00
Чай витаминизированный	200				9,70	39,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	10	10	0	0	0	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40		3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			8,20	12,40	81,00	467,40
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			8,20	12,40	81,00	467,40

Повар  Асылова Г.А.

06.12.2021



МЕНЮ
с 5 -11кл. род взнос

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
биточки рыбные с томатными соусом		60	0,40	4,10	2,20	46,70
биточки рыбные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20
Рис припущенный		180	4,60	7,90	47,10	277,70
КРУПА РИСОВАЯ	63	63	4,3	0,6	45,2	203,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,36	132,36	0	0	0	0,00
Чай витаминизированный		200			9,70	39,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ) (Золотой шар)	10	10	0	0	0	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			8,20	12,40	81,00	467,40
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			8,20	12,40	81,00	467,40

Повар  Асылова Г.А.



МЕНЮ

с 1-4 кл. ММС, Льготное питание

ДЕНЬ 1

06.12.2021

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
биточки рыбные с томатными соусом	60		0,40	4,10	2,20	46,70
биточки рыбные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20
Рис припущенный	150		3,80	6,50	39,00	229,70
КРУПА РИСОВАЯ	52,5	52,5	3,6	0,5	37,7	169,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО- СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,3	8,3	0	6,6	0,1	60,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110,3	110,3	0	0	0	0,00
Чай витаминизированный	200				9,70	39,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ) (Золотой шар)	10	10	0	0	0	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40		3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			7,40	11,00	72,90	419,40
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			7,40	11,00	72,90	419,40

Повар Асыллова Г.А.

06.12.2021

МЕНЮ
с 5 - 11 кл. ОВЗ, ДИ
ДЕНЬ 1



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нето, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
Рис пропаренный		180	4,60	7,90	47,10	277,70
КРУПА РИСОВАЯ	63	63	4,3	0,6	45,2	203,50
СОЛЬ ПОДИРОВАНАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ ПЕСТОЕНОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,36	132,36	0	0	0	0,00
биточки рыбные с томатным соусом		60	0,40	4,10	2,20	46,70
биточки рыбные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ДУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
СОЛЬ ПОДИРОВАНАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20
Чай пакетики пропаренный		200			9,70	39,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЛХОВСКИЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
НАШТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	10	10	0	0	0	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПШМЖ ПЕРВОГО СОРТА 500 г.р.	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			8,20	12,40	81,00	407,40
Обед						
Щи из свежей капусты со сметаной		250/10	2,10	6,10	9,20	100,90
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	62,5	50	0,9	0,1	2,3	13,60
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,40
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
ДУК РЕПЧАТЫЙ	11,91	10	0,1	0	0,8	4,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,90
СОЛЬ ПОДИРОВАНАЯ	1	1	0	0	0	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,00
Мясные котлеты, пропаренные в томатном соусе		45/45	19,80	18,00	2,90	252,00
КОТЛЕТЫ ЦЫПЛЕКА ПОЛОВИТ. 1 КАТЕГОРИИ	106,7	59,75	10,9	9,3	0	127,60
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,10
СОЛЬ ПОДИРОВАНАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,50
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,50
ДУК РЕПЧАТЫЙ	1,125	0,95	0	0	0,1	0,40
МОРКОВЬ	3,375	2,7	0	0	0,2	0,90
СОЛЬ ПОДИРОВАНАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20
Маскарпоне пастообразный с маслом		150/10	5,80	4,30	37,10	210,50
РОЖЕН. ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,0	0,7	35,9	172,20
СОЛЬ ПОДИРОВАНАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ ПЕСТОЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,30
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ КИСЕЛЬ ТК № 15.3		200			23,50	95,00
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	25	25	0	0	19,3	77,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		30	2,40	0,30	16,50	78,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПШМЖ ПЕРВОГО СОРТА 500 г.р.	30	30	2,2	0,2	14,6	68,90
Хлеб ржаной - пшеничный для детского питания		20	1,60	0,20	9,20	44,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20	1,3	0,2	8,2	39,60
			31,70	28,90	88,40	780,40
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			39,90	41,30	178,60	1247,00
Подвар						

Ровар Сырцова Г.А.

06.12.2021

МЕНЮ

с 1-4 кл. ОВЗ, ДИ

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав				Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
ЗАВТРАК 1							
бифштекс рыбные с томатным соусом		60	0,40	4,10	2,20	46,70	
бифштекс рыбные	76	76	0	0	0	0,00	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30	
СОЛЬ ПОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20	
Рис пропаренный		150	3,80	6,50	39,00	229,70	
КРУПА РИСОВАЯ	52,5	52,5	3,6	0,5	37,7	169,60	
СОЛЬ ПОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,00	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8,3	8,3	0	6,6	0,1	60,20	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110,3	110,3	0	0	0	0,00	
Чай пакетированный		200			9,70	39,00	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАВОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20	
ПАЙНТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	10	10	0	0	0	0,00	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,00	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПТМУКШ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,90	
			7,40	11,00	72,90	419,40	
Обед							
Щи из свежей капусты со сметаной		200,5	1,70	4,90	7,40	80,70	
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,90	
КАРТОФЕЛЬ	32	24	0,5	0,1	3,8	17,90	
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,70	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,524	8	0,1	0	0,7	3,20	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,90	
СОЛЬ ПОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,00	
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,00	
Мясо птицы, пропаренная в томатном соусе		45/45	19,80	18,00	2,90	252,00	
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЕТА ПОЛУПОТР. КАТЕГОРИИ	106,7	59,75	10,9	9,3	0	127,60	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,10	
СОЛЬ ПОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,00	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,50	
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,50	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,125	0,95	0	0	0,1	0,40	
МОРКОВЬ	3,375	2,7	0	0	0,2	0,90	
СОЛЬ ПОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20	
Мясные изделия отварные с маслом		150/5	5,80	4,30	37,10	210,50	
КОЖИНЫ ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,6	0,7	35,9	172,20	
СОЛЬ ПОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,00	
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,30	
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ КИСЕЛЬ ТК № 15,3		200			23,40	95,00	
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ безалкогольный	25	25	0	0	19,3	77,20	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,00	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		30	2,40	0,30	16,50	78,00	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПТМУКШ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	30	30	2,2	0,2	14,6	68,90	
Хлеб рисово-пшеничный для детского питания		20	1,60	0,20	9,20	44,00	
ХЛЕБ РАЖАНОВ	20	20	1,3	0,2	8,2	39,60	
			31,30	27,70	96,60	760,20	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			36,70	36,70	169,50	1 179,60	

Повар: Асылва Г.А.



Контрольные блюда



Контрольные блюда

