



МЕНЮ

с 5 -11кл. род взнос

ДЕНЬ 4

14.10.2021

17. 10. 2021

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценност ь, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
запеканка из творога с повидлом	110/10		19,10	11,40	21,50	269,30
ТВОРОГ 5-9 %	103,48	103,48	18	9	3	169,70
САХАР ПЕСОК	7,3	7,3	0	0	7,1	28,20
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,051 шт.	2,04	0,3	0,2	0	3,10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	19,20
КРУПА МАННАЯ	7,3	7,3	0,8	0,1	5	23,30
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,4	25,80
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ КИСЕЛЬ ТК № 15,3	200				23,50	95,00
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ Золотой шар	25	25	0	0	19,3	77,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,00
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	150		0,60	0,60	14,70	69,90
ЯБЛОКИ	150	150	0,6	0,6	14,3	68,40
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
			22,90	12,40	81,70	538,20
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			22,90	12,40	81,70	538,20

Повар  Асылова Г.А.



МЕНЮ
с 1- 4 кл. ОВЗ, ДИ

14.10.2021

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
запеканка из творога с повидлом		110/10	19,10	11,40	21,50	269,30
ТВОРОГ 5-9 %	103,48	103,48	18	9	3	169,70
САХАР ПЕСОК	7,3	7,3	0	0	7,1	28,20
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,051 шт.	2,04	0,3	0,2	0	3,10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	19,20
КРУПА МАННАЯ	7,3	7,3	0,8	0,1	5	23,30
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,4	25,80
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ КИСЕЛЬ ТК № 15,3		200			23,50	95,00
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	25	25	0	0	19,3	77,20
Зеленый шар						
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,00
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ		150	0,60	0,60	14,70	69,90
ЯБЛОКИ	150	150	0,6	0,6	14,3	68,40
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
			22,90	12,40	81,70	538,20
ОБЕД						
борщ с капустой и картофелем со сметаной		200/8	1,60	4,40	8,10	81,40
СВЕКЛА	40	32	0,5	0	2,7	13,00
КАРТОФЕЛЬ	21,33	16	0,3	0,1	2,5	11,90
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,40
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,70
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,20
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4	0,1	0	0,5	2,30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3,2	3,2	0	3,1	0	27,90
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8	8	0,2	1,2	0,3	16,00
каша гречневая вязкая с маслом		150/5	4,60	5,20	20,80	148,30
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	37,5	37,5	4,6	1,2	20,8	112,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,30
фрикадельки мясные		37		2,00		18,30
ФРИКАДЕЛЬКИ (ПОЛУФАБРИКАТ)	50,52	37,62	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,1	2,1	0	2	0	18,30
Чай с сахаром шк		200			9,10	39,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙКОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
СОЧНИ С ТВОРОГОМ		100				
СОЧНИ С ТВОРОГОМ 100 ГР	1 шт.	1	0,1	0,1	0,7	4,10
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		30	2,40	0,30	16,50	78,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	30	30	2,2	0,2	14,6	68,90
Хлеб ржано - 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
			10,20	12,10	63,70	409,90
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			33,10	24,50	145,40	948,10

Повар Асылова Г.А.



МЕНЮ

с 1- 4 кл. ММС, Льготное питание

ДЕНЬ 4

14.10.2021

74. 10. 2021

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
запеканка из творога с повидлом	110/10		19,10	11,40	21,50	269,30
ТВОРОГ 5 -9 %	103,48	103,48	18	9	3	169,70
САХАР ПЕСОК	7,3	7,3	0	0	7,1	28,20
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (шт.)	0,051 шт.	2,04	0,3	0,2	0	3,10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	19,20
КРУПА МАННАЯ	7,3	7,3	0,8	0,1	5	23,30
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,4	25,80
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ КИСЕЛЬ ТК № 15,3	200				23,50	95,00
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ Золотой шар	25	25	0	0	19,3	77,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,00
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	150		0,60	0,60	14,70	69,90
ЯБЛОКИ	150	150	0,6	0,6	14,3	68,40
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
			22,90	12,40	81,70	538,20
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			22,90	12,40	81,70	538,20

Повар Асылова Г.А.



МЕНЮ

с 5 -11кл. ММС

ДЕНЬ 4

14.10.2021

14.10.2021

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
запеканка из творога с повидлом	110/10		19,10	11,40	21,50	269,30
ТВОРОГ 5-9 %	103,48	103,48	18	9	3	169,70
САХАР ПЕСОК	7,3	7,3	0	0	7,1	28,20
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,051 шт.	2,04	0,3	0,2	0	3,10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	19,20
КРУПА МАННАЯ	7,3	7,3	0,8	0,1	5	23,30
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,4	25,80
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ КИСЕЛЬ ТК № 15,3	200				23,50	95,00
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ Золотой шар	25	25	0	0	19,3	77,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	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
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	150		0,60	0,60	14,70	69,90
ЯБЛОКИ	150	150	0,6	0,6	14,3	68,40
			22,90	12,40	81,70	538,20
			22,90	12,40	81,70	538,20
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:

Повар А Асылова Г.А



МЕНЮ
с 5 - 11 кл. ОВЗ, ДИ

ДЕНЬ 4

14.10.2021

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
запеканка из творога с повидлом		110/10	19,10	11,40	21,50	269,30
ТВОРОГ 5-9 %	103,48	103,48	18	9	3	169,70
САХАР ПЕСОК	7,3	7,3	0	0	7,1	28,20
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,051 шт.	2,04	0,3	0,2	0	3,10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	19,20
КРУПА МАННАЯ	7,3	7,3	0,8	0,1	5	23,30
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,4	25,80
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
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ		150	0,60	0,60	14,70	69,90
ЯБЛОКИ	150	150	0,6	0,6	14,3	68,40
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ КИСЕЛЬ ТК № 15,3		200			23,50	95,00
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ Золотой шар	25	25	0	0	19,3	77,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,00
			22,90	12,40	81,70	538,20
ОБЕД						
борщ с капустой и картофелем со сметаной		250/10	2,00	5,50	10,00	101,90
СВЕКЛА	50	40	0,6	0	3,4	16,30
КАРТОФЕЛЬ	26,667	20	0,4	0,1	3,2	14,90
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	5,40
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,905	10	0,1	0	0,8	4,00
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	4	4	0	3,9	0	34,90
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,00
Фрикадельки мясные		52		2,00		18,30
ФРИКАДЕЛЬКИ (ПОЛУФАБРИКАТ)	70,148	52,24	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2,1	2,1	0	2	0	18,30
каша гречневая вязкая с маслом		150/5	4,60	5,20	20,80	148,30
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	37,5	37,5	4,6	1,2	20,8	112,00
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,30
Чай с сахаром шк		200			9,10	39,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		30	2,40	0,30	16,50	78,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	30	30	2,2	0,2	14,6	68,90
Хлеб ржано - 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
СОЧНИ С ТВОРОГОМ		100				
СОЧНИ С ТВОРОГОМ 100 ГР	1 шт.	1	0,1	0,1	0,7	4,10
			10,60	13,20	65,60	430,40
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			33,50	25,60	147,30	968,60

Повар  Асылова Г.А.

Контрольные
блюда



Контрольные
блюда

