

Утверждено:  
Директор МБОУ Гимназии № 4

Индивидуальный предприниматель

 Павленко И.Н.



Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей 1-4 классов

17 апреля 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>							
15	Сыр российский порционнo	20	16,03	4,64	5,9	0	71,66
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с маслом сливочным 200/10	210	23,96	9,6	16,8	46,3	341,6
338	Яблоки свежие сезонные 1шт	150	16,83	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,54	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,54	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,07	0,09	0,02	15,03	60,7
<b>Итого завтрак:</b>		<b>655</b>	<b>62,97</b>	<b>19,19</b>	<b>23,32</b>	<b>105,01</b>	<b>673,52</b>
<b>Обед</b>							
70	Огурец соленый	60	2,97	0,48	0,12	1,92	10,8
102	Суп гороховый	200	7,93	4,12	4	14,5	110,23
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	31,06	10,2	11,52	11,52	190,8
309	Макаронные изделия отварные	150	6,94	5,82	3,88	32,74	187,2
1091	Хлеб пшеничный	30	1,54	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,54	1,98	0,36	10,02	51,24
344	Компот из яблок	200	10,99	0,3	0	27,3	112,1
<b>Итого обед:</b>		<b>770</b>	<b>62,97</b>	<b>25,18</b>	<b>20,12</b>	<b>112,76</b>	<b>732,69</b>
<b>Всего:</b>		<b>1425</b>		<b>44,37</b>	<b>43,44</b>	<b>217,77</b>	<b>1406,21</b>

Утверждено:  
Директор МБОУ Гимназии № 4

Индивидуальный предприниматель

Павленко И.Н.

Мураин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

18 апреля 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>							
222	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком 150/20	170	28,20	23,43	13,71	47,85	407,59
1091	Хлеб пшеничный	30	1,54	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,54	1,98	0,36	10,02	51,24
386	Йогурт в инд. упаковке	125	23,00	4,25	3,13	6,88	72,63
378	Чай с молоком 150/50/15	215	8,69	1,4	1,6	17,7	91
<b>Итого завтрак:</b>		<b>570</b>	<b>62,97</b>	<b>33,34</b>	<b>19,04</b>	<b>97,21</b>	<b>692,78</b>
<b>Обед</b>							
70	Помидор соленый	60	3,16	0,72	0,12	3,48	18
101	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	7,12	1,47	3,18	11,33	79,58
279/332	Тефтели из говядины 60/50	110	26,70	8,1	14,1	12,3	209
302	Гречка отварная	150	18,00	8,42	5,22	36,42	226,08
1091	Хлеб пшеничный	30	1,54	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,54	1,98	0,36	10,02	51,24
349	Компот из сухофруктов	200	4,91	0,38	0	30,74	124,46
<b>Итого обед:</b>		<b>780</b>	<b>62,97</b>	<b>23,35</b>	<b>23,22</b>	<b>119,05</b>	<b>778,68</b>
<b>Всего:</b>		<b>1350</b>		<b>56,69</b>	<b>42,26</b>	<b>216,26</b>	<b>1471,46</b>

Утверждено:  
Директор МБОУ Гимназии № 4

Гавленко И.П.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей 1-4 классов

19 апреля 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	<b>Завтрак</b>						
291	Плов с курицей 50/180	230	51,89	17,45	19,25	30,25	362
70	Огурец соленый	60	4,95	0,48	0,12	1,92	10,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,54	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,54	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,05	0,1	0	15	60
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>565</b>	<b>62,97</b>	<b>22,29</b>	<b>19,97</b>	<b>71,95</b>	<b>554,36</b>
	<b>Обед</b>						
324	Свекла тушеная	60	2,88	1	0,83	7,65	42,12
82	Борщ с капустой и картофелем	200	5,95	1,59	3,67	9,9	79,96
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40	100	29,87	7,8	7,4	11,1	152
302	Пшеничная каша рассыпчатая	150	12,96	7,72	3,96	43,28	239,59
342	Компот из яблок	200	8,23	0,16	0	29	116,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,54	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,54	1,98	0,36	10,02	51,24
	<b>Итого обед:</b>	<b>770</b>	<b>62,97</b>	<b>22,53</b>	<b>16,46</b>	<b>125,71</b>	<b>751,83</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1335</b>		<b>44,82</b>	<b>36,43</b>	<b>197,66</b>	<b>1306,19</b>

Утверждено:  
Директор МБОУ Гимназии № 4

Индивидуальный предприниматель

Павленко И.Н.

Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей 1-4 классов

20 апреля 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>							
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	6,74	0,08	7,25	0,13	66,1
210	Омлет натуральный	150	31,87	10,6	21,4	11,2	240
338	Яблоки свежие сезонные 1шт	150	16,83	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,54	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,54	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	4,45	1,44	1,12	17,23	84,8
<b>Итого завтрак:</b>		<b>592</b>	<b>62,97</b>	<b>16,98</b>	<b>30,37</b>	<b>72,24</b>	<b>590,46</b>
<b>Обед</b>							
73	Кабачковая икра	60	6,18	0,08	0,3	0,51	4,98
101	Суп картофельный с пшеном	200	7,12	1,78	3,28	12,4	93,2
229/331	Рыба. припущенная с овощами 50/50	100	27,33	18,12	8,94	9,19	193,86
312	Пюре картофельное	150	16,18	3,56	4,24	20,17	130,97
1091	Хлеб пшеничный	30	1,54	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,54	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,08	0,1	0	15	60
<b>Итого обед:</b>		<b>785</b>	<b>62,97</b>	<b>27,9</b>	<b>17,36</b>	<b>82,05</b>	<b>604,57</b>
<b>Всего:</b>		<b>1377</b>		<b>44,88</b>	<b>47,73</b>	<b>154,29</b>	<b>1195,03</b>

Утверждено:  
Директор МБОУ Гимназии № 4

Индивидуальный предприниматель

Павленко И.Н.

Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей 1-4 классов

21 апреля 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>							
338	Фрукты свежие сезонные (Мандарин) 1шт	100	15,54	0,8	0,2	7,5	35
204	Макаронные изделия отварные с сыром 150/20/5	175	28,41	9,84	12,3	29,6	269,2
328	Какао с молоком	200	15,94	3,76	3,2	26,74	150,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,54	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,54	1,98	0,36	10,02	51,24
<b>Итого завтрак:</b>		<b>535</b>	<b>62,97</b>	<b>18,66</b>	<b>16,3</b>	<b>88,62</b>	<b>576,56</b>
<b>Обед</b>							
324	Свекля тушеная	60	2,97	1	0,83	7,65	42,12
102	Суп гороховый	200	7,82	4,12	4	14,49	110,23
291	Плов с курицей 90/150	240	46,04	26,37	29,08	45,72	547,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,06	0,1	0	15	60
1091	Хлеб пшеничный	30	1,54	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,54	1,98	0,36	10,02	51,24
<b>Итого обед:</b>		<b>775</b>	<b>62,97</b>	<b>35,85</b>	<b>34,51</b>	<b>107,64</b>	<b>881,15</b>
<b>Всего:</b>		<b>1310</b>		<b>54,51</b>	<b>50,81</b>	<b>196,26</b>	<b>1457,71</b>

Утверждено:  
Директор МБОУ Гимназии № 4

Индивидуальный предприниматель

Павленко И.П.

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

17 апреля 2023г.

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	<b>Завтрак</b>						
15	Сыр российский порционно	20	14,50	4,64	5,9	0	71,66
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с маслом сливочным 200/10	210	20,80	5,65	11,08	40,37	284,01
338	Яблоки свежие сезонные калиброванное 1шт	150	16,00	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,28	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>655</b>	<b>57,50</b>	<b>15,24</b>	<b>17,64</b>	<b>99,08</b>	<b>615,93</b>
	<b>Обед</b>						
70	Огурец соленый	100	3,00	0,8	0,2	3,2	18
102	Суп гороховый	250	9,02	5,15	5	18,13	137,79
294/331	Котлеты рубленные из курицы с соусом 80/40	120	27,86	21,15	25,63	28,97	541,03
309	Макаронные изделия отварные	180	5,42	6,99	4,66	39,29	224,64
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
344	Компот из яблок	200	9,00	0,3	0	27,3	112,1
	<b>Итого обед:</b>	<b>910</b>	<b>57,50</b>	<b>36,46</b>	<b>35,87</b>	<b>141,94</b>	<b>1145,5</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1565</b>		<b>51,7</b>	<b>53,51</b>	<b>241,02</b>	<b>1761,43</b>

Утверждено:  
Директор МБОУ Гимназии № 4

Индивидуальный предприниматель

Мавляков И.И.  
гимназия  
№ 4

Муралин Д.Т.

## Меню для льготного питания детей 5-11 классов

18 апреля 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>							
222	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком 200/20	220	27,20	28,12	16,46	57,42	489,11
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
386	Йогурт в инд. упаковке	125	19,30	4,25	3,13	6,88	72,63
378	Чай с молоком 150/50/15	215	7,80	1,4	1,6	17,7	91
<b>Итого завтрак:</b>		<b>620</b>	<b>57,50</b>	<b>35,84</b>	<b>21,57</b>	<b>107,05</b>	<b>764,68</b>
<b>Обед</b>							
70	Помидор соленный	100	3,00	1,2	0,2	5,8	30
101	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,10	1,84	3,98	14,17	99,48
279:332	Тефтели из говядины 80/40	120	29,38	14,56	18,89	20,31	296,8
302	Гречка отварная	180	11,02	10,11	6,27	43,71	271,3
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
349	Компот из сухофруктов	200	4,80	0,38	0	30,74	124,46
<b>Итого обед:</b>		<b>910</b>	<b>57,50</b>	<b>30,16</b>	<b>29,72</b>	<b>139,78</b>	<b>933,98</b>
<b>Всего:</b>		<b>1530</b>		<b>66</b>	<b>51,29</b>	<b>246,83</b>	<b>1698,66</b>

Утверждено:  
Директор МБОУ-гимназии № 4

Индивидуальный предприниматель



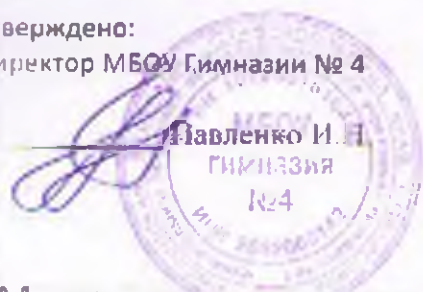
Мурзин Д.Т.

### Меню для льготного питания детей 5-11 классов

19 апреля 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
<b>Завтрак</b>							
291	Плов с курицей 80/180	260	46,30	19,94	22	34,57	413,72
70	Огурец соленый	100	5,00	0,8	0,2	3,2	18
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
378	Чай с сахаром	222	3,00	0,15	0	15	60
<b>Итого завтрак:</b>		<b>642,00</b>	<b>57,50</b>	<b>22,96</b>	<b>22,58</b>	<b>77,82</b>	<b>603,66</b>
<b>Обед</b>							
324	Свекла тушеная	100	3,00	1,66	1,39	12,75	70,2
82	Борщ с капустой и картофелем	250	6,02	1,99	4,59	12,38	99,95
168.331	Котлеты из говядины 80/40	120	28,07	20,99	25,48	46,33	483,06
302	Пшеничная каша рассыпчатая	180	8,20	9,27	4,76	51,94	287,51
342	Компот из яблок	200	9,01	0,21	0,05	31,63	138,05
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
<b>Итого обед:</b>		<b>910</b>	<b>57,50</b>	<b>36,19</b>	<b>36,65</b>	<b>180,08</b>	<b>1190,71</b>
<b>Всего:</b>		<b>1552,00</b>		<b>59,15</b>	<b>59,23</b>	<b>257,90</b>	<b>1794,37</b>





Мурзин Д.Т.

## Меню для льготного питания детей 5-11 классов

20 апреля 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	<b>Завтрак</b>						
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	4,56	0,08	7,25	0,13	66,1
210	Омлет натуральный 159	159	28,74	22,03	35,26	3,94	417,07
338	Яблоки свежие сезонные калиброванное 1шт	150	17,00	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	4,00	1,44	1,12	17,23	84,8
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>601</b>	<b>57,50</b>	<b>26,22</b>	<b>44,01</b>	<b>65,25</b>	<b>757,91</b>
	<b>Обед</b>						
73	Кабачковая икра	100	6,15	1,4	4,8	8,5	83
101	Суп картофельный с пшеном	250	6,02	2,14	4,1	15,5	107,47
229/331	Рыба. припущенная с овощами 80/50	120	28,93	20,3	10,02	10,3	217,13
312	Пюре картофельное	180	10,20	4,28	5,09	24,21	157,17
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
	<b>Итого обед:</b>	<b>925</b>	<b>57,50</b>	<b>30,29</b>	<b>24,39</b>	<b>98,56</b>	<b>736,71</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1526</b>		<b>56,51</b>	<b>68,4</b>	<b>163,81</b>	<b>1494,62</b>

Павленко И.П.



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

21 апреля 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	<b>Завтрак</b>						
338	Фрукты свежие сезонные (Мандарин) 1шт	100	14,50	0,8	0,2	7,5	35
204	Макаронные изделия отварные с сыром 180/20/5	205	23,79	4,64	5,9	0	71,66
328	Какао с молоком	200	16,01	3,76	3,2	26,74	150,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>565</b>	<b>57,50</b>	<b>11,27</b>	<b>9,68</b>	<b>59,29</b>	<b>369,4</b>
	<b>Обед</b>						
324	Свекла тушеная	100	2,91	1	0,83	7,65	42,12
102	Суп гороховый	250	5,11	5,15	5	18,12	137,79
291	Плов с курицей 100/180	280	43,28	27,69	30,54	48,01	574,61
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	0,09	0,02	15,03	60,7
	<b>Итого обед:</b>	<b>905</b>	<b>57,50</b>	<b>36,01</b>	<b>36,75</b>	<b>113,83</b>	<b>926,46</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1470</b>		<b>47,28</b>	<b>46,43</b>	<b>173,12</b>	<b>1295,86</b>