

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4

Индивидуальный предприниматель

Танцура С.В.

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

13 декабря 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
15	Сыр российский порционно	20	12,80	4,64	5,9	0	71,66
14	Масло сливочное	10	7,10	0,08	7,25	0,13	66,1
174	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	150\10	21,31	4,31	8,33	30,35	213,54
338	Яблоко свежее	100	17,00	0,6	0,6	14,7	66,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
378	Чай с сахаром	200\15	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого завтрак:	615	63,61	13,98	22,74	84,99	600,16
	Обед						
70	Огурец соленый	60	5,80	0,48	0,06	0,9	6
102	Суп гороховый	200	6,02	4,12	4	14,5	110,23
294	Котлеты из мяса кур	90\9	31,38	18,88	22,88	25,86	432,82
309	Макаронные изделия	150	7,01	5,82	3,88	32,72	187,2
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
344	Компот из яблок	200	11,00	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	769	63,61	31,67	31,2	126,35	960,29
	Всего:	1384		45,65	53,94	211,34	1560,45

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4

Ганцура С.В.

Индивидуальный предприниматель



Меню для питания детей 1-4 классов

14 декабря 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
185	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	150\20	34,61	23,43	13,71	47,85	407,59
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
386	Йогурт в инд. упаковке	125	16,00	4,25	3,13	6,88	72,63
389	Сок фруктовый тетрапак	200	10,60	0,2	0,26	22,6	76
	Итого завтрак:	555	63,61	29,95	17,48	102,38	668,16
	Обед						
70	Помидор соленый	60	5,20	0,6	0,06	1,92	10,62
101	Суп картофельный с рисом	200	6,10	1,47	3,18	11,33	79,58
279	Тефтели из говядины	90\90	34,09	13	16,86	18,13	265
302	Гречка отварная	150	11,02	8,42	5,22	36,42	226,08
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
349	Компот из сухофруктов	200	4,80	0,38	0	30,74	124,46
	Итого обед:	850	63,61	25,94	25,7	123,59	817,68
	Всего:	1405		55,89	43,18	225,97	1485,84

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4

Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель



Меню для питания детей 1-4 классов

15 декабря 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
284	Котлеты из мяса кур	90\9	28,18	18,88	22,88	25,86	432,82
309	Макаронные изделия	150	10,01	5,82	3,88	32,74	187,2
338	Мандарины свежее	100	17,00	0,8	0,2	7,5	35
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
378	Чай с молоком	150\50\15	6,02	1,44	1,12	17,23	84,8
	Итого завтрак:	624	63,61	47,89	51,34	134,24	1284,58
	Обед						
70	Огурец соленый	60	5,80	0,48	0,06	0,9	6
82	Борщ с капустой и картофелем	200	6,02	1,59	3,67	9,9	79,96
268	Котлеты из говядины	90\9	30,18	18,74	22,75	37,06	431,3
302	Пшеничная каша	150	10,20	7,72	3,96	43,28	239,59
346	Компот из апельсинов	200	9,01	0,21	0,05	31,63	138,05
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого обед:	769	63,61	30,81	30,87	147,82	1006,84
	Всего:	1393		78,7	82,21	282,06	2291,42

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4

Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

17 декабря 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
338	Свежие фрукты мандарины	100	15,70	0,8	0	10,06	43,3
15	Сыр российский порционно	20	12,80	4,64	5,9	0	71,66
14	Масло сливочное порционно	10	7,00	0,08	7,25	0,13	66,1
181	Каша жидкая молочная с манной крупой	150\10	22,71	4,34	8,24	21,19	188,12
378	Чай с сахаром	200\15	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого завтрак:	565	63,61	12,01	21,99	68,9	533,52
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	5,00	1,01	0,73	6,3	35,81
102	Суп гороховый	200	5,11	4,12	4	14,49	110,23
291	Плов с курицей	90\180	46,60	26,37	29,08	45,72	547,24
388	Напиток из плодов шиповника	200	4,50	0,68	0	29,66	136,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого обед:	790	63,61	34,25	34,19	121,22	942,02
	Всего:	1355		46,27	56,18	190,12	1475,54

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4

Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 1-4 классов

13 декабря 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
	Кондитерское изделие	45	20,00	2,5	16	31	234
338	Фрукты свежие сезонные калиброванное (Мандарин)	150	17,00	2,25	0,75	31,5	144
386	Чудо пудинг	100	28,00	0,5	2,5	15,7	118
	Итого:	295	65,00	5,25	19,25	78,2	496

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4



Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 1-4 классов

14 декабря 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
	Творожный десерт	125	30,00	0,5	2,5	15,7	118
338	Фрукты свежие сезонные калиброванные(Мандарин)	100	17,00	0,81	0,31	11,54	52
	Кондитерское изделие	30	18,00	0,2	0,26	22,6	76
	Итого:	255	65,00	1,51	3,07	49,84	246

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4

_____ Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель



_____ Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 1-4 классов

15 декабря 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
386	Йогурт в инд. упаковке	125	24,00	0,5	2,5	15,7	118
	Сок	200	20,00	0,2	0,26	22,6	76
338	Фрукты свежие сезонные (яблоко)	150	21,00	0,7	4,03	19,14	116
	Итого:	475	65,00	1,4	6,79	57,44	310

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4



Индивидуальный предприниматель



Меню для льготного питания детей 1-4 классов

16 декабря 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
	Кондитерское изделие	30	18,00	0,2	0,26	22,6	76
	Фрукты свежие	100	20,00	0,81	0,31	11,54	52
386	Чудо пудинг	125	27,00	0,5	2,5	15,7	118
	Итого:	255	65,00	1,51	3,07	49,84	246

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4



Индивидуальный предприниматель



Меню для льготного питания детей 1-4 классов

17 декабря 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
338	Кондитерское изделие	50	46,00	0,8	2	40,06	243,3
	Фрукты свежие (Яблоко)	150	19,00	0,81	0,31	11,54	52
	Итого:	200	65,00	1,61	2,31	51,6	295,3



Меню для льготного питания детей 5-11 классов

13 декабря 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
15	Сыр российский порционнo	20	6,80	4,64	5,9	0	71,66
14	Масло сливочное	10	7,10	0,08	7,25	0,13	66,1
174	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	200\10	15,31	5,65	11,08	40,37	284,01
338	Яблоки свежие сезонные калиброванное 1шт	150	15,39	0,6	0,0	4,7	66,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	2,28	0,28	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром	200\15	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого завтрак:	665	50,00	15,32	25,49	95,01	670,63
	Обед						
70	Огурец соленый	100	4,00	0,81	0,1	1,52	10,1
102	Суп гороховый	250	4,53	5,15	5	18,13	137,79
294	Котлеты из мяса кур	100/10	19,65	21,15	25,63	28,97	541,03
309	Макаронные изделия отварные	180	8,42	6,21	4,66	39,29	224,64
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
344	Компот из яблок	200	11,00	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	900	50,00	36,47	35,77	140,26	1137,6
	Всего:	1565		51,79	61,26	235,27	1808,23

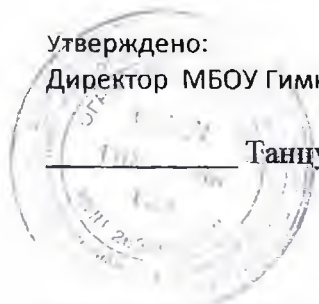


Меню для льготного питания детей 5-11 классов

14 декабря 2021

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
185	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным	200\20	21,00	28,12	16,46	57,42	489,11
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
386	Йогурт в инд. упаковке	125	16,00	4,25	3,13	6,88	72,63
389	Сок фруктовый тетрапак	200	10,60	0,2	0,26	22,6	76
	Итого завтрак:	605	50,00	34,64	20,23	111,95	749,68
	Обед						
70	Помидор соленый	100		5,20	1,01	0,1	3,23
101	Суп картофельный с рисом	250	6,10	1,84	3,98	14,17	99,48
279	Тефтели из говядины	100/100	20,48	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	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
349	Компот из сухофруктов	200	4,80	0,38	0	30,74	124,46
	Итого обед:	990	50,00	29,97	29,62	137,21	921,83
	Всего:	1595		64,61	49,85	249,16	1671,51

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4



Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

15 декабря 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
284	Котлеты из мяса кур	100/10	19,57	21,15	25,63	28,97	484,76
309	Макаронные изделия	180	10,01	7,28	3,88	39,29	224,64
338	Мандарины свежие	100	12,00	0,8	0,2	7,5	35
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
378	Чай с молоком	150\50\15	6,02	1,44	1,12	17,23	84,8
	Итого завтрак:	665	50,00	32,74	31,21	118,04	941,14
	Обед						
70	Огурец соленый	100	4,20	0,81	0,1	1,52	10,08
82	Борщ с капустой и картофелем	250	6,02	1,99	4,59	12,38	99,95
268	Котлеты из говядины	100/10	18,17	20,99	25,48	46,33	483,06
302	Пшеничная каша	180	10,20	9,27	4,76	51,94	287,51
346	Компот из апельсинов	200	9,01	0,21	0,05	31,63	138,05
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого обед:	900	50,00	35,34	35,36	168,85	1130,59
	Всего:	1565		68,08	66,57	286,89	2071,73

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4



Танзура С.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

16 декабря 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	3,64	0,08	7,25	0,13	66,1
210	Омлет натуральный	212/20	22,96	22,03	35,26	3,94	417,07
338	Яблоки свежие сезонные калиброванное 1шт	150	17,00	0,6	0,6	14,7	66,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
377	Чай с лимоном	200\15\7	4,00	1,44	1,12	17,23	84,8
	Итого завтрак:	674	50,00	22,03	44,61	61,05	746,51
	Обед						
70	Помидор соленый	100	5,00	1,01	0,1	3,23	17,85
101	Суп картофельный с пшеном	250	6,02	2,14	4,1	15,5	107,47
229	Рыба, припущенная с овощами	100/100	16,38	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	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
344	Компот из яблок	200	10,00	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	990	50,00	30,1	19,69	105,59	723,66
	Всего:	1664		52,13	64,3	166,64	1470,17

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4

Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

17 декабря 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
338	Фрукты свежие сезонные (Мандарин) 1шт	100	12,09	0,8	0,2	7,5	35
15	Сыр российский порционно	20	12,80	4,64	5,9	0	71,66
181	Каша жидкая молочная с манной крупой	200/10	12,71	5,43	10,3	15,9	235,15
14	Масло сливочное	10	7,00	0,08	7,25	0,13	66,1
378	Чай с сахаром	200\15	3,00	0,09	0,02	15,03	60,7
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого завтрак:	615	50,00	13,11	24,05	63,61	580,55
	Обед						
324	Свекла тушеная	100	5,00	1,7	1,23	10,59	60,16
102	Суп гороховый	250	5,11	5,15	5	18,12	137,79
291	Плов с курицей	180/100	32,99	27,69	30,54	48,01	574,61
388	Напиток из плодов шиповника	200	4,50	0,68	0	29,66	136,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого обед:	890	50,00	37,29	37,15	131,43	1021,3
	Всего:	1505		50,4	61,2	195,04	1601,85