

Утверждено:
директора МБОУ Гимназия №4

Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

29 ноября 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
15	Сыр российский порционно	20	7,00	5	5,3	0	68
14	Масло сливочное	10	5,00	0,1	8,2	0,1	75
174	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным	200\10	18,60	7,5	14	56,25	281,25
338	Фрукты свежие сезонные	1 шт	14,00	0,6	0	18,9	78
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	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	665	50,00	17,79	28,86	116,22	701,15
	Обед						
70	Огурец свежий	100	5,00	0,8	0	3,4	16
102	Суп гороховый	250	5,00	5,08	5,35	23,85	163,75
294	Котлеты из мяса кур	100\10	22,60	16,2	24,2	15,6	346
309	Макаронные изделия	180	5,00	6,4	5,8	34,3	215,28
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	0,24	0	28,8	116,2
	Итого обед:	900	50,00	33,21	36,71	131,92	996,13
	Всего:	1565		51	65,57	248,14	1697,28

Утверждено:
директора МБОУ Гимназия №4

Индивидуальный предприниматель

Танцура С.В.

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

30 ноября 2021г

№ рецепт а	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая 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:	880	63,61	25,94	25,7	123,59	817,68
	Всего:	1405		55,89	43,18	225,97	1485,84

Утверждено:
директора МБОУ Гимназия №4

Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

1 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:
директора МБОУ Гимназия №4

Тянцуря С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

2 декабря 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
14	Масло сливочное «крестьянское»	10	3,64	0,08	7,25	0,13	66,1
210	Омлет натуральный	159\15	36,57	16,56	26,51	2,96	313,58
338	Яблоки свежие	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:	616	63,61	16,56	35,86	60,07	643,02
	Обед						
70	Помидор соленый	60	5,00	0,6	0,06	1,92	10,62
101	Суп картофельный с пшеном	200	6,02	1,78	3,28	12,4	85,97
229	Рыба, припущенная с овощами	90\90	29,99	18,12	8,94	9,19	193,86
312	Пюре картофельное	150	10,20	3,56	4,24	20,17	130,97
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:	850	63,61	26,43	16,9	96,03	645,46
	Всего:	1466		42,99	52,76	156,1	1288,48

Утверждено:
директора МБОУ Гимназия №4

Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

3 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

Ганцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

06 декабря 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
131	Зеленый горошек	30	5,75	5,79	0,54	13,5	81,93
210	Омлет натуральный	159\15	36,76	16,56	26,51	2,96	313,58
338	Мандарины свежие	100	15,70	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 сахаром	200\15	2,99	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого завтрак:	549	63,60	25,31	27,65	64,04	603,15
	Обед						
70	Помидор соленый	60	5,50	0,6	0,06	1,92	10,62
101	Суп картофельный с пшеном	200	5,50	1,78	3,28	12,4	85,97
234	Котлеты из минтая	90\9	32,21	15,93	17,01	35,59	358,51
305	Рис припущенный	150	10,00	3,66	3,67	35,72	190
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	7,99	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	769	63,60	24,34	24,4	137,98	879,14
	Всего:	1318		49,65	52,05	202,02	1482,29



Меню для питания детей 1-4 классов

07 декабря 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
14	Масло сливочное	10	6,50	0,08	7,25	0,13	66,1
223	Пудинг из творога со сгущенным молоком	150\20	32,71	23,43	13,71	47,45	407,59
338	Яблоко свежее	150	19,00	0,6	0,6	14,7	66,6
377	Чай с сахаром	200\15	2,99	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:	605	63,60	26,27	21,96	102,36	712,93
	Обед						
73	Кабачковая икра	60	7,50	0	4,2	4,2	54
96	Рассольник ленинградский	200	9,80	1,74	3,83	12,3	90,27
294	Котлеты рубленные из курицы	90\9	28,51	18,88	22,88	25,86	432,82
309	Макаронные изделия	150	10,20	5,82	3,88	32,74	187,2
388	Напиток из шиповника	200	5,19	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	769	63,60	29,19	35,17	129,81	1013,03
	Всего:	1374		55,46	57,13	232,17	1725,96

Утверждено:
Директор МБОУ Гимназия №4

Бантура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

08 декабря 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
338	Мандарины свежие	100	15,70	0,8	0,2	7,5	35
18 1	Каша молочная с овсяными хлопьями «Геркулес»	150\10	20,50	5,96	9,86	26,65	219,1
14	Масло сливочное	10	8,51	0,08	7,25	0,13	66,1
15	Сыр российский	20	12,50	4,64	5,9	0	71,66
377	Чай с лимоном	200\15\7	3,99	1,44	1,12	17,23	84,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого:	572	63,60	14,99	24,71	76,56	588,6
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	6,50	1,01	0,73	6,3	35,81
102	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,20	2,16	2,56	15,12	91,87
168	Котлеты из говядины	90\9	27,80	18,74	22,75	37,06	431,3
105	Рис припущенный	150	10,31	3,66	3,64	35,72	190
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
44	Компот из яблок	200	8,39	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед	769	63,60	27,94	30,06	146,55	973,02
	Всего:	1341		42,93	54,77	223,11	1561,62

Утверждено:
 Директор МБОУ Гимназия №4
 МБОУ
 гимназия
 №4
 Таниура С.В.

Индивидуальный предприниматель
 Мүрзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

09 декабря 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак							
120	Суп молочный с вермишелью	150\10	24,41	2,72	3,06	13,25	91,36
14	Масло сливочное	10	8,80	0,08	7,25	0,13	66,1
338	Яблоко свежее	150	19,00	0,6	0,6	14,7	66,6
428	Какао с молоком	200	8,99	3,61	2,73	24,77	138,09
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
Итого завтрак:		580	63,60	9,08	14,02	77,9	474,09
Обед							
70	Огурец соленый порционно	60	6,50	0,48	0,06	0,9	6
112	Суп гороховый	200	7,80	4,12	4	14,49	110,23
290	Курица, тушенная в соусе	90\90	32,71	24,04	25,97	6,49	347,54
312	Пюре картофельное	150	10,20	3,26	4,24	20,17	130,97
349	Компот из сухофруктов	200	3,99	0,38	0	30,74	124,46
091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
Итого обед:		850	63,60	34,35	34,65	97,84	831,14
Всего:		1430		43,43	48,67	175,74	1305,23



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

10 декабря 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак							
295	Котлеты куриные	90\9	31,98	8,88	22,88	25,86	432,82
309	Макаронные изделия отварные	150	9,23	5,82	3,88	32,74	187,2
338	Мандарины свежие	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 ржано-пшеничный	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
377	Чай с сахаром	200\15	2,99	0,09	0,02	15,03	60,7
Итого завтрак:		614	63,60	27,66	27,36	106,18	827,66
Обед							
70	Помидор соленый	60	6,50	0,6	0,06	1,92	10,62
88	Щи из свежей капусты	200	8,75	1,45	3,39	6,82	66,08
279	Тефтели из говядины	90\90	27,04	13	16,86	18,13	265
302	Гречка отварная	150	10,32	8,42	5,22	36,42	226,08
388	Напиток из шиповника	200	8,59	0,68	0	29,66	136,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
Итого обед		850	63,60	26,22	25,91	118	816,82
Всего:		1464		53,88	53,27	224,18	1644,18

Утверждено:
директора МБОУ Гимназия №4

Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

29 ноября 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:
директора МБОУ Гимназия №4

Ганцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

01 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	22,60	16,2	24,2	15,6	346
309	Макаронные изделия	180	5,00	6,4	5,8	34,3	215,28
338	Фрукты свежие сезонные	1 шт	14,00	0,6	0	18,9	78
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	6,00	1,4	1,6	17,7	91
	Итого завтрак:	715	50,00	29,09	32,96	112,47	869,18
	Обед						
70	Огурец соленый	100	5,00	0,8	0,2	3,2	18
82	Борщ с капустой и картофелем	250	5,00	1,83	4,9	15,2	112,25
268	Котлеты из говядины	100\10	18,60	14,8	19,4	22,2	322
302	Пшеничная каша	180	10,00	5	5,65	31,4	196,56
346	Компот из апельсинов	200	9,00	0,08	0	27,08	108,6
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
	Итого обед:	900	50,00	27	31,51	125,05	896,31
	Всего:	1615		56,09	64,47	237,52	1765,49

Утверждено:
директора МБОУ Гимназия №4

Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

02 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	5,00	0,1	8,2	0,1	75
210	Омлет натуральный	212\20	24,60	21,2	42,8	22,4	560
338	Фрукты свежие сезонные	1шт	14,00	2,25	0	35,4	150
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	0,2	0	16	65
	Итого завтрак:	652	50,00	28,24	52,36	99,87	988,9
	Обед						
70	Помидор соленый	100	5,00	1,2	0,2	5,8	30
101	Суп картофельный с пшеном	250	5,00	2,2	2,83	20,58	116,5
229	Рыба, тушенная с овощами	100\100	17,60	18,2	9,6	9,6	198
312	Пюре картофельное	180	10,00	3,74	6,12	11,28	159,12
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	0,24	0	28,8	116,2
	Итого обед:	990	50,00	30,07	20,11	102,03	758,72
	Всего:	1642		58,31	72,47	201,9	1747,62

Утверждено:
директора МБОУ Гимназия №4

Гандура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

03 декабря 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
338	Фрукты свежие сезонные калиброванный	1 шт	14,00	0,8	0	10,06	43,3
223	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200\20	28,60	39,9	11,52	31,8	390,4
382	Какао с молоком	200	5,00	3,76	3,2	26,74	150,8
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 завтрак:	580	50,00	48,95	19,08	94,57	723,4
	Обед						
324	Свекла тушеная	100	5,00	1,66	1,39	12,75	7,02
102	Суп гороховый	250	5,00	5,08	5,35	23,85	163,75
291	Плов с курицей	100\200	33,10	29,2	33,8	47,8	612
388	Напиток из плодов шиповника	200	4,50	0,68	0	35,26	143,8
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:	910	50,00	41,11	41,9	145,63	1065,47
	Всего:	1490		90,06	60,98	240,2	1788,87

Утверждено:
директора МБОУ Гимназия №4

Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

6 декабря 2021г

№ рецепт а	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
131	Зеленый горошек	30	5,00	1	1,4	2,16	26
210	Омлет натуральный	212\20	26,40	21,2	42,8	22,4	560
338	Фрукты свежие сезонные	1шт	14,00	0,6	0	18,9	78
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
428	Какао с молоком	200	5,00	3,76	3,2	26,74	150,8
	Итого завтрак:	672	50,00	31,05	48,76	96,17	953,7
	Обед						
70	Помидор соленый	100	5,00	1,2	0,2	5,8	30
101	Суп картофельный с пшеном	250	5,00	2,2	2,83	20,58	116,55
234	Котлеты из минтая	100\10	19,60	14,8	18,8	11,6	274
305	Рис припущенный	180	10,00	4,32	5,7	47,16	257,22
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	8,00	0,24	0	28,8	116,2
	Итого обед:	900	50,00	27,25	28,89	139,91	932,87
	Всего:	1572		58,3	77,65	236,08	1886,57

Утверждено:
директора МБОУ Гимназия №4

Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

7 декабря 2021г

№ рецепт а	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
15	Сыр российский порционно	20	7,00	5	5,3	0	68
14	Масло сливочное	10	5,00	0,1	0,82	0,1	75
223	Пудинг из творога со сгущенным молоком	200\20	18,60	47,5	9,3	73	562,4
338	Фрукты свежие сезонные	1 шт	14,00	0,8	0	10,06	43,3
377	Чай с сахаром	200\15	3,00	0,1	0	15	60
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:	625	50,00	57,99	16,78	124,13	947,6
	Обед						
73	Кабачковая икра	100	5,00	1,4	4,8	8,5	83
96	Рассольник ленинградский	250	5,00	2,1	5,1	20,5	136,25
294	Котлеты рубленые из курицы	100\10	22,60	16,2	24,2	15,6	346
309	Макаронные изделия отварные	180	10,00	6,4	5,8	34,3	215,28
388	Напиток из шиповника	200	5,00	0,68	0	35,26	143,8
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	900	50,00	31,27	41,26	140,13	1063,23
	Всего:	1525		89,26	58,04	264,26	2010,83

Утверждено:
директора МБОУ Гимназия №4

Талцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

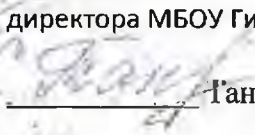
Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов


8 декабря 2021г

№ рецепт а	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
338	Фрукты свежие сезонные	1шт	14,00	2,25	0	35,4	150
181	Каша молочная с овсяными хлопьями «Геркулес»	200\10	8,59	8,3	13,8	45,2	338
14	Масло сливочное	10	8,51	0,1	8,2	0,1	75
15	Сыр российский порционнo	20	12,50	5	5,3	0	68
377	Чай с лимоном	200\15\7	4,00	0,2	0	16	65
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого:	672	50,00	19,38	28,12	118,37	801,1
	Обед						
324	Свекла тушеная	100	5,00	1,66	1,39	12,75	7,02
102	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,00	2,12	2,22	19,38	106
268	Котлеты из говядины	100\10	19,60	14,8	19,4	22,2	322
305	Рис припущенный	180	10,00	4,32	5,7	47,16	257,22
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
344	Компот из яблок	200	8,00	0,24	0	28,8	116,2
	Итого обед	900	50,00	26,67	29,53	151,96	913,54
	Всего:	1572		46,05	57,65	270,33	1714,64

Утверждено:
директора МБОУ Гимназия №4


Ганцура С.В.

Индивидуальный предприниматель


Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

9 декабря 2021г

№ рецепт а	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	200\20	25,80	39,9	11,52	31,8	390,4
14	Масло сливочное	10	5,00	0,1	8,2	0,1	75
341	Фрукты сезонные свежие	1 шт	14,00	0,8	0	10,06	43,3
428	Какао с молоком	200	4,00	3,76	3,2	26,74	150,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого завтрак:	782	50,00	46,46	23,38	94,4	770,5
	Обед						
70	Огурец соленый порционно	100	5,00	0,8	0,2	3,2	18
112	Суп гороховый	250	5,00	5,08	5,35	23,85	163,75
290	Курица, тушенная в соусе	100\100	23,60	27	34,2	7,6	446
312	Пюре картофельное	180	10,00	3,74	6,12	11,28	159,12
349	Компот из сухофруктов	200	4,00	0,08	0	21,82	87,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого обед:	1212	50,00	40,43	46,69	105,42	1044,57
	Всего:	1994		86,89	70,07	199,92	1815,07

Утверждено:
директора МБОУ Гимназия №4

Танцура С.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

10 декабря 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
295	Котлеты куриные	100\10	21,60	16,2	24,2	15,6	346
309	Макаронные изделия отварные	180	9,00	6,4	5,8	34,3	215,28
338	Фрукты свежие сезонные	1шт	14,00	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
377	Чай с сахаром	200\15	3,00	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	922	50,00	26,83	30,82	105,47	804,38
	Обед						
70	Помидор соленый	100	5,00	1,2	0,2	5,8	30
88	Щи из свежей капусты	250	5,00	1,6	4,93	11,5	96,75
279	Тефтели из говядины	100\80	22,60	13,61	22,4	20,25	337
302	Гречка отварная	180	10,00	9	7,56	48,88	299,52
388	Напиток из шиповника	200	5,00	0,68	0	35,26	143,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,98	0,36	10,02	51,24
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	0,09	0,02	15,03	60,7
	Итого обед	970	50,00	29,62	35,91	125,36	1012,17
	Всего:	1892		56,45	62,74	230,83	1816,55