

Утверждено:
И.о. директора МБОУ Гимназия №4



Богдашева И.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

6 сентября 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
131	Зеленый горошек	30	5,50	1	1,4	2,16	26
210	Омлет натуральный	159\15	36,76	15,9	32,1	16,8	420
338	Яблоко свежее калиброванное	1штг	13,95	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
428	Какао с молоком	200	5,00	3,76	3,2	26,74	150,8
	Итого завтрак:	614	63,61	25,75	38,06	90,57	813,7
	Обед						
70	Помидор соленый	60	5,50	0,72	0,12	3,48	18
101	Суп картофельный с пшеном	200	5,50	1,76	2,26	16,46	93,2
234	Котлеты из минтая	90\9	32,21	13,32	16,92	10,44	246,6
305	Рис припущенный	150	10,00	3,6	0,48	39,3	214,35
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
344	Компот из яблок	200	8,00	0,24	0	28,8	116,2
	Итого обед:	769	63,61	24,13	21,08	124,45	827,25
	Всего:	1383		49,88	59,14	215,02	1640,95

Утверждено:
И.о. директора МБОУ Гимназия №4



Богдасева И.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

7 сентября 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
15	Сыр российский порционно	20	11,00	5	5,3	0	68
14	Масло сливочное	10	6,50	0,1	0,82	0,1	75
223	Пудинг из творога со сгущенным молоком	150\20	30,71	35,7	7,4	57,6	437,6
338	Мандарин калиброванный	1 шт	10,00	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	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
	Итого завтрак:	575	63,61	46,19	14,88	108,73	822,8
	Обед						
73	Кабачковая икра	60	7,50	0,84	2,88	5,1	49,8
96	Рассольник ленинградский	200	9,80	1,68	4,08	16,4	109
294	Котлеты рубленые из курицы	90\9	28,51	14,58	21,78	14	311,4
309	Макаронные изделия	150	10,20	5,35	4,85	25,58	179,4
388	Напиток из шиповника	200	5,20	0,68	0	35,26	143,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
	Итого обед	769	63,61	27,62	34,95	122,31	932,3
	Всего:	1344		73,81	52,83	231,04	1755,1

Утверждено:
И.о. директора МБОУ Гимназия №4

Богдашева И.В.



Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.



Меню для питания детей 1-4 классов

8 сентября 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
33	Яблоки свежие	1шт	24,00	2,25	0	35,4	150
18 1	Каша молочная с овсяными хлопьями «Геркулес»	150\10	12,20	7,7	13,5	41,3	318
14	Масло сливочное	10	8,51	0,1	8,2	0,1	75
15	Сыр российский	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	1,7	0,46	9,7	46
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
	Итого:	622	63,61	18,78	27,82	114,47	781,1
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	6,50	1	0,83	7,65	42,12
102	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,20	1,7	1,78	15,5	84,8
268	Котлеты из говядины	90\9	27,80	12,32	17,46	20	289,8
305	Рис припущенный	150	10,31	3,6	0,48	39,3	214,35
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,7	0,46	9,7	46
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
344	Компот из яблок	200	8,40	0,24	0	28,8	116,2
	Итого обед	991	63,61	22,59	21,37	148,92	702,57
	Всего:	1613		41,37	49,19	263,39	1483,67

Утверждено:

И.о. директора МБОУ Гимназия №4

Богданова И.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

09 сентября 2021г

№ реце пта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак							
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	150\20	41,41	30	9,08	26,7	308,6
14	Масло сливочное	10	6,50	0,1	8,2	0,1	75
341	Мандарин калиброванный	1 шт	10,00	0,8	0	10,06	43,3
428	Какао с молоком	200	4,50	3,76	3,2	26,74	150,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,7	0,46	9,7	46
	Итого завтрак:	732	63,61	36,56	20,94	89,3	688,7
Обед							
70	Огурец соленый порционнo	60	6,50	0,48	0	2,04	9,6
112	Суп гороховый	200	7,80	4,06	4,28	19,08	131
290	Курица, тушенная в соусе	90\90	32,71	24,3	30,78	6,84	401,4
312	Пюре картофельное	150	10,20	3,12	5,1	18,57	132,6
349	Компот из сухофруктов	200	4,00	0,08	0	21,82	87,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,7	0,46	9,7	46
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
	Итого обед:	1272	63,61	35,77	40,98	105,66	932,3
	Всего:	2004		72,33	61,92	194,96	1621



Утверждено:
И.о. директора МБОУ Гимназия №4

Богдашева И.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

10 сентября 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
295	Котлеты куриные	90\5	31,98	14,58	21,78	14	311,4
309	Макаронные изделия отварные	150	9,23	5,35	4,85	25,58	179,4
338	Яблоко	1шт	17,00	0,6	0	18,9	78
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,7	0,46	9,7	46
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
377	Чай с сахаром	200\15	3,00	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	670	63,61	24,16	27,45	95,15	733,9
	Обед						
70	Помидор соленый	60	6,50	0,72	0,12	3,48	18
88	Щи из свежей капусты	200	8,75	4,6	4,28	19,08	131
279	Тефтели из говядины	90\75	27,04	12,3	20,25	18,3	304,5
302	Гречка отварная	150	10,32	7,5	6,3	40,73	249,6
388	Напиток из шиповника	200	8,60	0,68	0	35,26	143,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,20	1,7	0,46	9,7	46
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
	Итого обед	835	63,61	29,33	31,77	138,52	952
	Всего:	1722		53,49	59,22	233,67	1685,9

Утверждено:
И.о. директора МБОУ Гимназии № 4


Богдашева И.В.

Индивидуальный предприниматель



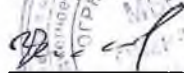
Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

06 сентября 2021г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
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	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
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:
И.о. директора МБОУ Гимназии № 4

 Богдашева И.В.



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

07 сентября 2021г

№ рецепта	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	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
	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	2,66	1	14	79,8
1091	Хлеб ржаной	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
	Итого обед	900	50,00	31,27	41,26	140,13	1063,23
	Всего:	1525		89,26	58,04	264,26	2010,83



Индивидуальный предприниматель




Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

09 сентября 2021г

№ рецепта	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	1,7	0,46	9,7	46
	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	1,7	0,46	9,7	46
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
	Итого обед:	1212	50,00	40,43	46,69	105,42	1044,57
	Всего:	1994		86,89	70,07	199,92	1815,07

Утверждено:
И.о. директора МБОУ Гимназии № 4


Богдашева И.В.



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

08 сентября 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 порционнно	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	1,7	0,46	9,7	46
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
	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	1,7	0,46	9,7	46
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
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:
И.о. директора МБОУ Гимназии № 4


Богдашева И.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов

10 сентября 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		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	1,7	0,46	9,7	46
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
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	1,7	0,46	9,7	46
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,20	1,83	0,36	11,97	59,1
	Итого обед	970	50,00	29,62	35,91	125,36	1012,17
	Всего:	1892		56,45	62,74	230,83	1816,55