

Согласовано: *Макаева З.Х.*
 Директор КЭГ

1 - 4 кл Примерное меню

02.09.2024г

Утверждаю
 Макаева З.Х. *Макаева З.Х.*

| № рецептурных блюд | | Наименование продукта | Выход блюда, г | Цена блюда | Пищевые вещества | | | |
|--------------------|-------|---|----------------|---------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
| | | | | | Белки г | Жиры,г | Угле-воды,г | Энерг. ккал |
| | | 1 - день | | | | | | |
| | | Горячее питание | | | | | | |
| № 291 | 50,29 | Плов | 240г | 81,98 | 20,30 | 19,00 | 36,69 | 377,00 |
| № 29 | 3,91 | Салат из овощей | 60г | 6,37 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,35 |
| № 376, 377 | 4,06 | Чай сладкий лимон | 200г | 6,61 | 0,04 | 0 | 24,76 | 94,2 |
| | 2,10 | Хлеб пшеничный | 30г | 2,52 | 2,28 | 0,45 | 13,2 | 70,2 |
| | 2,10 | Хлеб ржано-пшеничный | 30г | 2,52 | 2,04 | 0,34 | 14,70 | 68,47 |
| | 62,46 | Итого | | 100,00 | 25,52 | 23,44 | 94,37 | 666,22 |
| | | 2- день | | | | | | |
| | | Горячее питание | | | | | | |
| № 294 | 41,40 | Котлеты из мяса птицы / соус | 110г | 67,48 | 9,16 | 10,88 | 2,72 | 190,4 |
| № 202- 203 | 10,69 | Макаронные отварные / масло слив | 150г | 17,43 | 8,77 | 9,35 | 57,93 | 236,51 |
| № 49 | 4,47 | Салат витаминный | 60г | 7,28 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 |
| № 376 | 1,70 | Чай сладкий | 200г | 2,77 | 0,04 | 0 | 24,76 | 94,2 |
| | 2,10 | Хлеб пшеничный | 30г | 2,52 | 2,28 | 0,45 | 13,2 | 70,2 |
| | 2,10 | Хлеб ржано-пшеничный | 30г | 2,52 | 2,04 | 0,34 | 14,70 | 68,47 |
| | 62,46 | Итого | | 100,00 | 22,88 | 24,71 | 115,55 | 704,30 |
| | | 3 - день | | | | | | |
| | | Горячее питание | | | | | | |
| № 97 - 119 | 28,50 | Суп картофель с крупой / макар мясо/к / б | 250г | 46,45 | 7,29 | 12,7 | 16,99 | 158,8 |
| | | или Фрукты свежие | 145г | | 0,04 | 0 | 9,8 | 47 |
| стр 77 | 16,41 | или Кондитерское из - я | 75г | 26,75 | 8 | 5,3 | 53,7 | 294 |
| № 379 | 13,35 | Кофейный напиток с молоком | 200г | 21,76 | 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,2 |
| | 2,10 | Хлеб пшеничный | 30г | 2,52 | 2,28 | 0,45 | 13,2 | 70,2 |
| | 2,10 | Хлеб ржано-пшеничный | 30г | 2,52 | 2,04 | 0,34 | 14,70 | 68,47 |
| | 62,46 | Итого | | 100,00 | 23,17 | 22,51 | 133,88 | 783,67 |
| | | 4 - день | | | | | | |
| | | Горячее питание | | | | | | |
| № 290 | 39,41 | Птица тушенная в соусе | 110г | 64,25 | 13,4 | 17,5 | 34,7 | 327,6 |
| стр. 175 | 8,87 | Гречка отварная | 150г | 14,45 | 5,40 | 4,20 | 27,20 | 198,95 |
| № 45 | 3,91 | Салат овощной (св. капуста) | 60г | 6,37 | 0,59 | 0,69 | 2,24 | 44,52 |
| № 352 | 6,07 | Кисель ф-вый | 200г | 9,89 | 0,2 | 0 | 31 | 94,2 |
| | 2,10 | Хлеб пшеничный | 30г | 2,52 | 2,28 | 0,45 | 13,2 | 70,2 |
| | 2,10 | Хлеб ржано-пшеничный | 30г | 2,52 | 2,04 | 0,34 | 14,70 | 68,47 |
| | 62,46 | Итого | | 100,00 | 23,91 | 23,18 | 123,04 | 803,94 |
| | | 5 - день | | | | | | |
| | | Горячее питание | | | | | | |
| № 279 | | Тефтели в соусе | 110г | 60,80 | 12,16 | 10,88 | 22,72 | 190,4 |
| № 312 | 15,30 | Пюре картофельное / соус | 150г | 16,63 | 3,06 | 6,9 | 20,45 | 137,25 |
| № 52 | 4,13 | Салат овощной (свекольный) | 60г | 6,73 | 2,7 | 4,6 | 0,28 | 162,8 |
| № 344 | 6,62 | Компот фруктовый | 200г | 10,80 | 0,2 | 0,00 | 26,00 | 150,80 |
| | 2,10 | Хлеб пшеничный | 30г | 2,52 | 2,28 | 0,45 | 13,2 | 70,2 |
| | 2,10 | Хлеб ржано-пшеничный | 30г | 2,52 | 2,04 | 0,34 | 14,70 | 68,47 |
| | 30,25 | Итого | | 100,00 | 22,44 | 23,17 | 97,35 | 779,92 |



1 - 4 кл Примерное меню

02.09.2024г

Утверждаю
Макаева З.Х.



| № рецептурных блюд | | Наименование продукта | Выход блюда, г | Цена блюда | Пищевые вещества | | | |
|--------------------|-------|--|----------------|---------------|------------------|--------------|---------------|---------------|
| | | | | | Белки г | Жиры,г | Угле-водыг | Энерг. ккал |
| 6 - день | | | | | | | | |
| Горячее питание | | | | | | | | |
| № 290 | 39,41 | Птица тушенная в соусе | 110г | 64,25 | 13,4 | 17,5 | 34,7 | 327,6 |
| стр. 175 | 8,87 | Гречка отварная | 150г | 14,45 | 5,40 | 4,20 | 27,20 | 198,95 |
| № 45 | 3,91 | Салат овощной (св. капуста) | 60г | 6,37 | 0,59 | 0,69 | 2,24 | 44,52 |
| № 352 | 6,07 | Кисель ф-вый | 200г | 9,89 | 0,2 | 0 | 31 | 94,2 |
| | 2,10 | Хлеб пшеничный | 30г | 2,52 | 2,28 | 0,45 | 13,2 | 70,2 |
| | 2,10 | Хлеб ржано-пшеничный | 30г | 2,52 | 2,04 | 0,34 | 14,70 | 68,47 |
| | 62,46 | Итого | | 100,00 | 23,91 | 23,18 | 123,04 | 803,94 |
| 7 - день | | | | | | | | |
| Горячее питание | | | | | | | | |
| № 291 | 50,29 | Плов | 240г | 81,98 | 20,30 | 19,00 | 36,69 | 377,00 |
| № 29 | 3,91 | Салат из свежих овощей | 60г | 6,37 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,35 |
| № 376, 377 | 4,06 | Чай сладкий лимон | 200г | 6,61 | 0,04 | 0 | 24,76 | 94,2 |
| | 2,10 | Хлеб пшеничный | 30г | 2,52 | 2,28 | 0,45 | 13,2 | 70,2 |
| | 2,10 | Хлеб ржано-пшеничный | 30г | 2,52 | 2,04 | 0,34 | 14,70 | 68,47 |
| | 62,46 | Итого | | 100,00 | 25,52 | 23,44 | 94,37 | 666,22 |
| 8 - день | | | | | | | | |
| Горячее питание | | | | | | | | |
| № 82-85 | 33,77 | Борщ св капусты мясо /к/б или Фрукты свежие | 250г | 55,05 | 9,83 | 12,56 | 15,39 | 218,8 |
| стр 112 | 17,86 | или Кондитерское из - я | 145г | 29,11 | 0,04 | 0 | 9,8 | 47 |
| № 344 | 6,62 | Компот фруктовый | 200г | 10,80 | 0,2 | 0,00 | 26,00 | 150,80 |
| | 2,10 | Хлеб пшеничный | 30г | 2,52 | 2,28 | 0,45 | 13,2 | 70,2 |
| | 2,10 | Хлеб ржано-пшеничный | 30г | 2,52 | 2,04 | 0,34 | 14,70 | 68,47 |
| | 62,45 | Итого | | 100,00 | 22,39 | 22,65 | 132,79 | 849,27 |
| 9 - день | | | | | | | | |
| Горячее питание | | | | | | | | |
| № 536 | 37,12 | Рыба или Тефтели рыбные соус или Котлеты рыбные /соус | 110г | 60,51 | 13,87 | 8,93 | 13,15 | 242,8 |
| № 312 | 15,30 | Пюре картофельное | 150г | 24,95 | 3,06 | 6,9 | 20,45 | 137,25 |
| № 53 | 4,13 | Салат овощной (свекольный) | 60г | 6,73 | 3,06 | 4,8 | 20,45 | 96,39 |
| № 376 | 1,70 | Чай сладкий | 200г | 2,77 | 0,04 | 0 | 24,76 | 94,2 |
| | 2,10 | Хлеб пшеничный | 30г | 2,52 | 2,28 | 0,45 | 13,2 | 70,2 |
| | 2,10 | Хлеб ржано-пшеничный | 30г | 2,52 | 2,04 | 0,34 | 14,70 | 68,47 |
| | | Итого | | 100,00 | 24,35 | 21,42 | 106,71 | 709,31 |
| 10 - день | | | | | | | | |
| Горячее питание | | | | | | | | |
| № 268 | 34,65 | Биточки мясные / соус | 110г | 60,55 | 9,78 | 9,56 | 15,39 | 218,8 |
| стр. 175 | 8,87 | Гречка отварная | 150г | 14,45 | 5,40 | 4,20 | 27,20 | 198,95 |
| № 49 | 5,26 | Салат витаминный | 60г | 8,57 | 4,14 | 8,02 | 10,95 | 119,35 |
| № 352 | 6,99 | Кисель ф-вый | 200г | 11,39 | 0,2 | 0 | 31 | 94,2 |
| | 2,10 | Хлеб пшеничный | 30г | 2,52 | 2,28 | 0,45 | 13,2 | 70,2 |
| | 2,10 | Хлеб ржано-пшеничный | 30г | 2,52 | 2,04 | 0,34 | 14,70 | 68,47 |
| | | Итого | | 100,00 | 23,84 | 22,57 | 112,44 | 769,97 |