

Согласовано: *Сидурцев*  
Директор КЭГ

5-11 кл. Примерное меню

02.09.2024г

Утверждаю

Макаева З.Х. *Макаева*



№ рецептурных блюд		Наименование продукта	Выход блюда, г	Цена блюда	Пищевые вещества			
					Белки г	Жиры,г	Угле-воды,г	Энерг. ккал
		<b>1 - день</b>						
		<b>Горячее питание</b>						
№ 291	50,29	Плов	240г		20,30	19,00	36,69	377,00
№ 29	3,91	Салат из овощей	60г		0,86	3,65	5,02	56,35
№ 376, 377	4,06	Чай сладкий лимон	200г		0,04	0	24,76	94,2
	2,10	Хлеб пшеничный	30г		2,28	0,45	13,2	70,2
	2,10	Хлеб ржано-пшеничный	30г		2,04	0,34	14,70	68,47
	62,46	<b>Итого</b>		<b>120,00</b>	<b>25,52</b>	<b>23,44</b>	<b>94,37</b>	<b>666,22</b>
		<b>2- день</b>						
		<b>Горячее питание</b>						
№ 294	41,40	Котлеты из мяса птицы / соус	110г		9,16	10,88	2,72	190,4
№ 202-203	10,69	Макаронные отварные / масло слив	150г		8,77	9,35	57,93	236,51
№ 49	4,47	Салат витаминный	60г		0,59	3,69	2,24	44,52
№ 376	1,70	Чай сладкий	200г		0,04	0	24,76	94,2
	2,10	Хлеб пшеничный	30г		2,28	0,45	13,2	70,2
	2,10	Хлеб ржано-пшеничный	30г		2,04	0,34	14,70	68,47
	62,46	<b>Итого</b>		<b>120,00</b>	<b>22,88</b>	<b>24,71</b>	<b>115,55</b>	<b>704,30</b>
		<b>3 - день</b>						
		<b>Горячее питание</b>						
№ 97 - 119	28,50	Суп картофель с крупой / макар мясо/к / б или Фрукты свежие	250г		7,29	12,7	16,99	158,8
стр. 77	16,41	или Кондитерское из - я	145г		0,04	0	9,8	47
№ 379	13,35	Кофейный напиток с молоком	200г		8	5,3	53,7	294
	2,10	Хлеб пшеничный	30г		3,52	3,72	25,49	145,2
	2,10	Хлеб ржано-пшеничный	30г		2,28	0,45	13,2	70,2
	62,46	<b>Итого</b>		<b>120,00</b>	<b>23,17</b>	<b>22,51</b>	<b>133,88</b>	<b>783,67</b>
		<b>4 - день</b>						
		<b>Горячее питание</b>						
№ 290	39,41	Птица тушенная в соусе	110г		13,4	17,5	34,7	327,6
стр. 175	8,87	Гречка отварная	150г		5,40	4,20	27,20	198,95
№ 45	3,91	Салат овощной ( св. капуста )	60г		0,59	0,69	2,24	44,52
№ 352	6,07	Кисель ф-вый	200г		0,2	0	31	94,2
	2,10	Хлеб пшеничный	30г		2,28	0,45	13,2	70,2
	2,10	Хлеб ржано-пшеничный	30г		2,04	0,34	14,70	68,47
	62,46	<b>Итого</b>		<b>120,00</b>	<b>23,91</b>	<b>23,18</b>	<b>123,04</b>	<b>803,94</b>
		<b>5 - день</b>						
		<b>Горячее питание</b>						
№ 279		Тефтели в соусе	110г		12,16	10,88	22,72	190,4
№ 312	15,30	Пюре картофельное / соус	150г		3,06	6,9	20,45	137,25
№ 52	4,13	Салат овощной ( свекольный )	60г		2,7	4,6	0,28	162,8
№ 344	6,62	Компот фруктовый	200г		0,2	0,00	26,00	150,80
	2,10	Хлеб пшеничный	30г		2,28	0,45	13,2	70,2
	2,10	Хлеб ржано-пшеничный	30г		2,04	0,34	14,70	68,47
	30,25	<b>Итого</b>		<b>120,00</b>	<b>22,44</b>	<b>23,17</b>	<b>97,35</b>	<b>779,92</b>



5-11 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-воды г	Энерг. ккал
		<b>6 - день</b>						
		<b>Горячее питание</b>						
№ 290	39,41	Птица тушенная в соусе	110г		13,4	17,5	34,7	327,6
стр. 175	8,87	Гречка отварная	150г		5,40	4,20	27,20	198,95
№ 45	3,91	Салат овощной ( св. капуста )	60г		0,59	0,69	2,24	44,52
№ 352	6,07	Кисель ф-вый	200г		0,2	0	31	94,2
	2,10	Хлеб пшеничный	30г		2,28	0,45	13,2	70,2
	2,10	Хлеб ржано-пшеничный	30г		2,04	0,34	14,70	68,47
	62,46	<b>Итого</b>		<b>120,00</b>	<b>23,91</b>	<b>23,18</b>	<b>123,04</b>	<b>803,94</b>
		<b>7 - день</b>						
		<b>Горячее питание</b>						
№ 291	50,29	Плов	240г		20,30	19,00	36,69	377,00
№ 29	3,91	Салат из свежих овощей	60г		0,86	3,65	5,02	56,35
№ 376, 377	4,06	Чай сладкий лимон	200г		0,04	0	24,76	94,2
	2,10	Хлеб пшеничный	30г		2,28	0,45	13,2	70,2
	2,10	Хлеб ржано-пшеничный	30г		2,04	0,34	14,70	68,47
	62,46	<b>Итого</b>		<b>120,00</b>	<b>25,52</b>	<b>23,44</b>	<b>94,37</b>	<b>666,22</b>
		<b>8 - день</b>						
		<b>Горячее питание</b>						
№ 82-85	33,77	Борщ св. капусты мясо / к / б	250г		9,83	12,56	15,39	218,8
		или Фрукты свежие	145г		0,04	0	9,8	47
стр. 112	17,86	или Кондитерское из - я	75г		8	9,3	53,7	294
№ 344	6,62	Компот фруктовый	200г		0,2	0,00	26,00	150,80
	2,10	Хлеб пшеничный	30г		2,28	0,45	13,2	70,2
	2,10	Хлеб ржано-пшеничный	30г		2,04	0,34	14,70	68,47
	62,45	<b>Итого</b>		<b>120,00</b>	<b>22,39</b>	<b>22,65</b>	<b>132,79</b>	<b>849,27</b>
		<b>9 - день</b>						
		<b>Горячее питание</b>						
№ 536	37,12	Рыба или Тефтели рыбные соус	110г		13,87	8,93	13,15	242,8
		или Котлеты рыбные / соус	90г					
№ 312	15,30	Пюре картофельное	150г		3,06	6,9	20,45	137,25
№ 53	4,13	Салат овощной ( свекольный )	60г		3,06	4,8	20,45	96,39
№ 376	1,70	Чай сладкий	200г		0,04	0	24,76	94,2
	2,10	Хлеб пшеничный	30г		2,28	0,45	13,2	70,2
	2,10	Хлеб ржано-пшеничный	30г		2,04	0,34	14,70	68,47
	62,45	<b>Итого</b>		<b>120,00</b>	<b>24,35</b>	<b>21,42</b>	<b>106,71</b>	<b>709,31</b>
		<b>10 - день</b>						
		<b>Горячее питание</b>						
№ 268	34,65	Биточки мясные / соус	110г		9,78	9,56	15,39	218,8
стр. 175	8,87	Гречка отварная	150г		5,40	4,20	27,20	198,95
№ 49	5,26	Салат витаминный	60г		4,14	8,02	10,95	119,35
№ 352	6,99	Кисель ф-вый	200г		0,2	0	31	94,2
	2,10	Хлеб пшеничный	30г		2,28	0,45	13,2	70,2
	2,10	Хлеб ржано-пшеничный	30г		2,04	0,34	14,70	68,47
		<b>Итого</b>		<b>120,00</b>	<b>23,84</b>	<b>22,57</b>	<b>112,44</b>	<b>769,97</b>