

Согласовано  
Директор МБОУ СОШ №

ДИРЕКТОР ООО «ДАРИЙ»  
СИПАТОВ Б.Л

23.09.

Цикличное меню (осенне-зимний период) для бесплатного питания для обучающихся 12-17 лет 2024г.

№ рец., нормат. документац ия	Наименование блюда	Масса порции, (г)	Пищевые вещества,(г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК (2 неделя) Завтрак</b>						
№ 173 сб. 2017	Каша вязкая молочная с гречневой крупы с сахаром	200/10	6,2	10	26,8	224
№376 сб. 2017	Чай с сахаром	200\10	0,07	0,02	10	60
№388 сб. 2017	Яблоко свежее	1шт	0,5	0,5	10	52
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>9,05</b>	<b>10,76</b>	<b>61,56</b>	<b>406,5</b>
<b>Обед</b>						
№71 сб. 2017	Овощи свежие (солёные) (помидор)	100	1,1	0,2	3,8	22
№88 сб. 2017	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,77	4,95	7,9	89,75
№295 сб. 2017	Котлеты куриные из бройлер-цыплят	100	15,3	29,4	15,46	388
№302 сб. 2017	Каша рассыпчатая рисовая с маслом сливочным 72,5%	180\6	7,84	5,58	48,18	274,36
№349 сб. 2017	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2
	<b>Всего за обед</b>	<b>901</b>	<b>30,93</b>	<b>40,82</b>	<b>132,13</b>	<b>1029,61</b>
	<b>Итого</b>	<b>1451</b>	<b>39,98</b>	<b>51,58</b>	<b>193,69</b>	<b>1436,11</b>



Согласовано  
Директор МБОУ СОШ №

  
24.09

ДИРЕКТОР ООО «ДАРИЙ»  
СИПАТОВ Б.Л.

№ рец., нормат. документация	Наименование блюда	Масса порции, (г)	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>ВТОРНИК ( 2 неделя) Завтрак</b>						
№14 сб. 2017	Масло сливочное (порц) 72,5%	10	0,08	7,25	0,13	66
№210 сб. 2017	Омлет натуральный	200	17,97	32	3,4	377
№131 сб. 2017	Зелёный горошек отварной	50	0,96	0,06	1,92	11,64
№376 сб. 2017	Чай с сахаром с лимоном	200\10/7	0,07	0,02	10	60
№388 сб. 2017	Яблоко свежее	1шт	0,2	0,2	4,9	23,5
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>557</b>	<b>21,56</b>	<b>39,77</b>	<b>35,11</b>	<b>608,64</b>
<b>Обед</b>						
№71 сб. 2017	Овощи свежие (солёные) (огурец)	100	1,1	0,2	3,8	22
№103 сб. 2017	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,8	3,2	18,9	123,1
№289 сб. 2017	Рагу из птицы	100\180	20,49	17,03	24,33	332,8
№342 сб. 2017	Компот из св. плодов	200	0,16	0,16	27,8	114
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2
	<b>Всего за обед</b>	<b>890</b>	<b>28,81</b>	<b>21,19</b>	<b>99,61</b>	<b>714,6</b>
	<b>Итого</b>	<b>1447</b>	<b>50,37</b>	<b>60,96</b>	<b>134,72</b>	<b>1323,24</b>



Согласовано

Директор МБОУ СОШ №

2509

ДИРЕКТОР ООО «ДАРИЙ»

СИПАТОВ Б.Л.



№ рец., нормат. документация	Наименование блюда	Масса порции, (г)	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>СРЕДА ( 2 неделя) Завтрак</b>						
№14 сб. 2017	Масло сливочное (порц) 72,5 %	10	0,08	7,25	0,13	66
№223. 2017	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/40	22,66	16,14	37,86	466,75
№377 сб. 2017	Чай с лимоном с сахаром	200/7/10	0,13	0,02	15,2	62
	Хлеб пшеничный	33	2,28	0,24	14,76	70,5
	Печенье (1шт в индивидуальной упаковке)	50	2,25	4,8	20,7	135
	<b>Всего за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>27,4</b>	<b>28,45</b>	<b>88,65</b>	<b>800,25</b>
<b>Обед</b>						
№71 сб. 2017	Овощи свежие (солёные)(помидор)	100	1,1	0,2	3,8	22
№96 сб. 2017	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	1,59	4,99	9,15	95,25
№301 сб. 2017	Кнели из птицы	100	19	17	4,3	211
№309 сб. 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным 72,5%	180\6	6,73	7,14	37,56	241,38
№388 сб.2017	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2
	<b>Всего за обед</b>	<b>895</b>	<b>28,55</b>	<b>28,25</b>	<b>131,2</b>	<b>809,41</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1445</b>	<b>55,95</b>	<b>56,7</b>	<b>219,85</b>	<b>1609,66</b>



Согласовано  
Директор МБОУ СОШ №

ДИРЕКТОР ООО «ДАРИЙ»  
СИПАТОВ Б.Л.

26.09.

№ рец., норм ат. документа ция	Наименование блюда	Масса порции , (г)	Пищевые вещества,(г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>ЧЕТВЕРГ (2 неделя) Завтрак</b>						
№15 сб. 2017	Закуска: Сыр порционный	15	6,96	8,85	0	108
№173 сб. 2017	Каша молочная овсяная с сахаром	245/10	10,48	16,25	47,5	375
№379 сб. 2017	Кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,6
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
№388 сб. 2017	Яблоко сезонное	1шт	0,2	0,2	4,5	23,5
	Всего за завтрак	550	23,09	28,22	617,1	677,6
<b>Обед</b>						
№71 сб. 2017	Овощи свежие (солёные) (огурец)	100	1,1	0,2	3,8	22
№102 сб. 2017	Суп картофельный с бобовыми	250	6,2	6,8	18,4	153
№227 сб. 2017	Рыба припущенная	100	11,89	13,95	14,53	230,91
№ 125 № 128сб. 2017	Картофель отварной\ Картофельное пюре с маслом сливочным 72,5%	180\6	3,56	6,98	24,65	185
№349 сб. 2017	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Всего за обед	916	27,67	28,62	118,17	846,41
	Итого	1408	50,76	56,84	735,27	1524,01



Согласовано  
Директор МБОУ СОШ №

ДИРЕКТОР ООО «ДАРИЙ»  
СИПАТОВ Б.Л.

27.09.

№ рец., нормат. документация	Наименование блюда	Масса порции, (г)	Пищевые вещества, (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>ПЯТНИЦА (2 неделя) Завтрак</b>						
№14 сб. 2017	Масло сливочное 72,5%	10	0,08	7,25	0,13	66
№71 сб. 2017	Овощи свежие( солёные)(помидор)	100	1,1	0,2	3,8	22
№291 сб. 2017	Плов из птицы	100\200	25,22	12,53	51,03	418,13
№376 сб. 2017	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	10	60
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Всего за завтрак	650	27,65	20,04	75,92	614,63
<b>Обед</b>						
№71 сб. 2017	Овощи свежие (солёные) (помидор)	100	1,1	0,2	3,8	22
№82 сб. 2017	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,8	4,92	10,93	103,75
№270 сб. 2017	Котлеты московские	100	14,4	18,73	20,14	294,44
№309 сб. 2017	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным 72,5%	180\6	6,73	7,14	37,56	241,38
№342.сб. 2017	Компот из св. яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2
	Всего за обед	901	28,45	31,75	125,09	898,87
	Итого	1451	56,1	51,79	201,01	1513,5