



Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 26

Корнилова В.А.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

30 сентября 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
15	Сыр российский порционно	20	2,00	4,64	5,9	0	71,66
173	Каша вязкая молочная из пшена с сахаром и маслом сливочным 200/10/10	220	3,70	8,6	12,4	56	370
1091	Хлеб пшеничный	30	0,10	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	0,10	1,98	0,36	10,02	51,24
389	Сок фруктовый	200	1,60	1	0	24,4	101,6
	Итого завтрак:	500	7,50	18,5	18,9	105,18	664,82
	Обед						
70	Огурец соленый	60	0,80	0,48	0,12	1,92	10,8
102	Суп гороховый	200	1,20	4,12	4	14,5	110,23
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	4,09	10,04	11,82	10,5	188,03
309	Макаронные изделия отварные	150	0,80	5,28	3,88	32,74	187,2
1091	Хлеб пшеничный	30	0,10	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	0,10	1,98	0,36	10,02	51,24
344	Компот из яблок	200	0,41	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	770	7,50	24,48	20,42	111,74	729,92
	Всего:	1270		42,98	39,32	216,92	1394,74



Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 26

Корнилова В.А.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

01 октября 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
223	Запеканка из творога с соусом яблочным 150/20	170	3,95	26,23	13,72	28,7	368,1
1091	Хлеб пшеничный	30	0,10	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	0,10	1,98	0,36	10,02	51,24
386	Йогурт в инд. упаковке	125	3,00	4,25	3,13	6,88	72,63
378	Чай с молоком 150/50/15	215	0,35	1,4	1,6	17,7	91
	Итого завтрак:	570	7,50	36,14	19,05	78,06	653,29
	Обед						
70	Помидор соленый	60	0,80	0,72	0,12	3,48	18
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,20	2,16	2,56	15,12	91,87
279/331	Тефтели из говядины 60/40	100	3,25	8,2	9,92	10,35	159,85
302	Гречка отварная	150	1,70	8,42	5,22	36,42	226,08
1091	Хлеб пшеничный	30	0,10	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	0,10	1,98	0,36	10,02	51,24
349	Компот из сухофруктов	200	0,35	0,38	0	30,74	124,46
	Итого обед:	770	7,50	24,14	18,42	120,89	741,82
	Всего:	1340		60,28	37,47	198,95	1395,11



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

02 октября 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
291	Плов с курицей 80/180	260	6,15	24,28	24,42	38,02	520,8
70	Огурец соленый	60	0,80	0,48	0,12	1,92	10,8
1091	Хлеб пшеничный	30	0,10	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	0,10	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	0,35	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	595	7,50	29,12	25,14	79,72	713,16
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	0,60	1,01	0,73	6,3	35,81
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,20	1,59	3,67	9,9	79,96
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40	100	3,59	9,95	12,45	17,32	186,95
302	Пшеничная каша рассыпчатая	150	1,50	7,72	3,96	43,28	239,59
344	Компот из яблок	200	0,41	0,3	0	27,3	112,1
1091	Хлеб пшеничный	30	0,10	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	0,10	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	770	7,50	24,83	21,41	128,88	775,97
	Всего:	1365		53,95	46,55	208,6	1489,13

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 26



Корнилова В.А.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

03 октября 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	1,20	0,08	7,25	0,13	66,1
210	Омлет натуральный	159	3,75	15,55	16,94	2,78	240
338	Яблоки свежие сезонные 1шт	100	2,00	0,4	0	12,6	52
1091	Хлеб пшеничный	30	0,10	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	0,10	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	0,35	0,2	0	16	65
	Итого завтрак:	551	7,50	20,49	24,79	56,29	544,66
	Обед						
73	Кабачковая икра	60	1,00	0,00	4,2	4,2	54
101	Суп картофельный с пшеном	200	1,20	1,78	3,28	12,4	93,2
229	Рыба, припущенная с овощами 60/50	110	2,95	232,63	21,70	10,70	11,03
312	Пюре картофельное	150	1,80	3,26	4,24	20,17	130,97
1091	Хлеб пшеничный	30	0,10	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	0,10	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	0,35	0,1	0	15	60
	Итого обед:	795	7,50	242,03	34,02	87,25	470,76
	Всего:	1346		262,52	58,81	143,54	1015,42



Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей 1-4 классов

04 октября 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево- ды	
	Завтрак						
338	Фрукты свежие сезонные (апельсин) 1шт	100	2,00	0,8	0,2	7,5	35
204	Макаронные изделия отварные с сыром 150/20/5	175	4,35	9,96	12,97	32,8	287,96
328	Какао с молоком	200	0,95	3,76	3,2	26,74	150,8
1091	Хлеб пшеничный	30	0,10	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	0,10	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого завтрак:	535	7,50	18,78	16,97	91,82	595,32
	Обед						
324	Свекла тушеная	60	0,60	1,01	0,73	6,3	35,81
102	Суп гороховый	200	1,20	4,12	4	14,49	110,23
291	Плов с курицей 90/150	240	5,15	26,37	29,08	45,72	547,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	0,35	0,1	0	15	60
1091	Хлеб пшеничный	30	0,10	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	0,10	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед:	775	7,50	35,86	34,41	106,29	874,84
	Всего:	1310		54,64	51,38	198,11	1470,16