

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №7



17.05.2021г

Меню по бесплатному питанию учащихся 1-4 классов

"Утверждаю" Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.



Прием пищи 1 неделя	Наименование блюда	Выход (гр.)	Пищевые вещества			Энерг.ценнос ккал	№ рецепт.
			белки	жиры	углеводы		
	<b>ЗАВТРАК:</b>						
	Сыр российский порционно	20	5	5,3	0	68	15
	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	75	14
	Каша вязкая молочная из риса с маслом слив	150\10	6	11,2	45	305	174
	Яблоко свежее калиброванное	1 шт	0,6	0	18,9	78	338
	Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8	1091
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1	1091
	Чай с сахаром	200\15	0,1	0	15	60	378
<b>Итого завтрак:</b>		<b>63,61руб</b>	<b>615</b>	<b>16,29</b>	<b>26,06</b>	<b>104,97</b>	<b>724,9</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_ (Сорокина Л.Т.)

Отв.по питанию \_\_\_\_\_ (Манаренко)

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №7



17.05.2021г

Меню по бесплатному питанию учащихся 1-4 классов

"Утверждаю" Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.



Прием пищи 1 неделя	Наименование блюда	Выход (гр.)	Пищевые вещества			Энерг.ценнос ккал	№ рецепт.
			белки	жиры	углеводы		
	<b>ОБЕД:</b>						
	Огурец свежий	60	0,48	0	2,04	9,6	70
	Суп гороховый	200	4,06	4,28	19,08	131	102
	Котлеты из мяса кур	90\9	14,58	21,78	14	311,4	294
	Макаронные изделия отварные	150	5,35	4,85	25,58	179,4	309
	Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8	1091
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1	1091
	Компот из яблок	200	0,24	0	28,8	116,2	344
<b>Итого Обед:</b>		<b>63,61руб</b>	<b>769</b>	<b>29,2</b>	<b>32,27</b>	<b>115,47</b>	<b>886,5</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_ (Сорокина Л.Т.)

Отв.по питанию \_\_\_\_\_ (Манаренко)

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №7

*Сорокина Л.Т.*

18.05.2021г

**Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов**

"Утверждаю"

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Прием пищи 1 неделя	Наименование блюда	Выход /гр./	Пищевые вещества			Энерг.ценность ккал	№ рецепт.
			белки	жиры	углеводы		
	<b>ЗАВТРАК:</b>						
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150\20	30	9,08	26,7	308,6	223
	Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8	1091
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1	1091
	Йогурт в инд. упаковке	125	0,5	2,5	15,7	118	386
	Сок фруктовый тетрапак	200	0,2	0,26	22,6	76	389
<b>Итого завтрак:</b>		<b>63,61руб</b>	<b>555</b>	<b>35,2</b>	<b>13,2</b>	<b>90,97</b>	<b>641,5</b>

Зав. производством *Л.Т. Сорокина* (Сорокина Л.Т.)

Отв. по питанию *М.А. Макаренко* (Макаренко)

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №7

*Сорокина Л.Т.*

18.05.2021г

**Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов**

"Утверждаю"

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Прием пищи 1 неделя	Наименование блюда	Выход /гр./	Пищевые вещества			Энерг.ценность ккал	№ рецепт.
			белки	жиры	углеводы		
	<b>ОБЕД:</b>						
	Помидор соленый	60	0,72	0,12	3,48	18	70
	Суп картофельный с рисом	200	2,2	2,83	20,58	116,5	101
	Тефтели из говядины	90\75	12,3	20,25	18,3	304,5	279
	Гречка отварная	150	7,5	6,3	40,73	249,6	302
	Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8	1091
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1	1091
	Компот из сухофруктов	200	0,08	0	21,82	87,6	349
<b>Итого Обед:</b>		<b>63,61руб</b>	<b>835</b>	<b>27,3</b>	<b>30,86</b>	<b>130,88</b>	<b>915,1</b>

Зав. производством *Л.Т. Сорокина* (Сорокина Л.Т.)

Отв. по питанию *М.А. Макаренко* (Макаренко)

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №7

*Маф* *Васильев И.А.*

19.05.2021г

**Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов**

"Утверждаю"

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Прием пищи 1 неделя	Наименование блюда	Выход /гр./	Пищевые вещества			Энерг. ценность ккал	№ рецепт.
			белки	жиры	углеводы		
	<b>ЗАВТРАК:</b>						
	Котлеты из мяса кур	90/9	14,58	21,78	14	311,4	284
	Макаронные изделия отварные	150	5,35	4,85	25,58	179,4	309
	Яблоко свежее калиброванное	1 шт	0,6	0	18,9	78	338
	Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8	1091
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1	1091
	Чай с молоком	150/150/15	1,4	1,6	17,7	91	378
<b>Итого завтрак:</b>		<b>63,61руб</b>	<b>674</b>	<b>26,42</b>	<b>29,59</b>	<b>102,15</b>	<b>798,7</b>

Зав. производством *ав* (Сорокина Л.Т.)

Отв. по питанию *Маф* *Макаревич*

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №7

*Маф* *Васильев И.А.*

19.05.2021г

**Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов**

"Утверждаю"

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Прием пищи 1 неделя	Наименование блюда	Выход /гр./	Пищевые вещества			Энерг. ценность ккал	№ рецепт.
			белки	жиры	углеводы		
	<b>ОБЕД:</b>						
	Огурец соленый	60	0,48	0,12	1,92	10,8	70
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	3,92	12,16	89,8	82
	Котлеты из говядины	90/50	12,32	17,46	0	289,8	268
	Пшеничная каша рассыпчатая	150	4,19	5,46	25,35	163,8	302
	Компот из апельсина	200	0,08	0	27,08	108,6	346
	Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8	1091
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1	1091
<b>Итого Обед:</b>		<b>63,61руб</b>	<b>810</b>	<b>23,02</b>	<b>28,32</b>	<b>92,48</b>	<b>801,7</b>

Зав. производством *ав* (Сорокина Л.Т.)

Отв. по питанию *Маф* *Макаревич*

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №7

*Маф* *Сорокина Л.Т.*

20.05.2021г

**Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов**

"Утверждаю"

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Прием пищи 1 неделя	Наименование блюда	Выход /гр./	Пищевые вещества			Энерг. ценно ккал	№ рецепт.
			белки	жиры	углеводы		
<b>ЗАВТРАК:</b>							
	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	0,1	8,2	0,1	75	14
	Омлет натуральный	159/15	15,9	32,1	16,8	420	210
	Бананы свежие калиброванные	1шт	2,25	0	35,4	150	338
	Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8	1091
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1	1091
	Какао с молоком	200	3,76	3,2	26,74	150,8	428
<b>Итого завтрак:</b>		<b>63,61руб</b>	<b>594</b>	<b>26,5</b>	<b>44,9</b>	<b>105,01</b>	<b>934,7</b>

Зав. производством *Л.Т.* (Сорокина Л.Т.)

Отв. по питанию *Маф* (Макаренко)

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №7

*Маф* *Сорокина Л.Т.*

20.05.2021г

**Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов**

"Утверждаю"

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Прием пищи 1 неделя	Наименование блюда	Выход /гр./	Пищевые вещества			Энерг. ценно ккал	№ рецепт.
			белки	жиры	углеводы		
<b>ОБЕД:</b>							
	Помидор соленый	60	0,72	0,12	3,48	18	70
	Суп картофельный с пшеном	200	1,76	2,26	16,46	93,2	101
	Рыба, припущенная с овощами	90/90	16,38	8,64	8,64	178,2	229
	Пюре картофельное	180	3,74	6,12	11,28	159,12	312
	Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8	1091
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1	1091
	Компот из яблок	200	0,24	0	28,8	116,2	344
<b>Итого Обед:</b>		<b>63,61руб</b>	<b>880</b>	<b>27,33</b>	<b>18,5</b>	<b>94,63</b>	<b>703,62</b>

Зав. производством *Л.Т.* (Сорокина Л.Т.)

Отв. по питанию *Маф* (Макаренко)

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №7



*Сорокина Л.Т.*

21.05.2021г

**Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов**

"Утверждаю"  
Индивидуальный предприниматель  
Мурзин Д.Т.



Прием пищи 1 неделя	Наименование блюда	Выход (гр.)	Пищевые вещества			Энерг.ценность ккал	№ рецепт.
			белки	жиры	углеводы		
	<b>ЗАВТРАК:</b>						
	Яблоко калиброванное свежее	1 шт	0,8	0	10,06	43,3	338
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	30	9,08	26,7	308,6	223
	Какао с молоком	200	3,76	3,2	26,74	150,8	382
	Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8	1091
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1	1091
<b>Итого завтрак:</b>		<b>63,61руб</b>	<b>580</b>	<b>39,05</b>	<b>13,64</b>	<b>89,47</b>	<b>641,6</b>

Зав. производством *Сорокина Л.Т.* (Сорокина Л.Т.)

Отв. по питанию *Макаренко* (Макаренко)

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №7



*Сорокина Л.Т.*

21.05.2021г

**Меню по бесплатному питанию  
учащихся 1-4 классов**

"Утверждаю"  
Индивидуальный предприниматель  
Мурзин Д.Т.



Прием пищи 1 неделя	Наименование блюда	Выход (гр.)	Пищевые вещества			Энерг.ценность ккал	№ рецепт.
			белки	жиры	углеводы		
	<b>ОБЕД:</b>						
	Свекла тушеная	60	1	0,83	7,65	42,12	324
	Суп гороховый	200	4,06	4,28	19,08	131	102
	Плов с курицей	90/180	26,28	30,42	43,02	550,8	291
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0	35,26	143,8	388
	Хлеб пшеничный	30	2,66	1	14	79,8	1091
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,1	1091
<b>Итого Обед:</b>		<b>63,61руб</b>	<b>790</b>	<b>36,51</b>	<b>36,89</b>	<b>130,98</b>	<b>1006,62</b>

Зав. производством *Сорокина Л.Т.* (Сорокина Л.Т.)

Отв. по питанию *Макаренко* (Макаренко)