

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО "СОЮЗ-К"

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МОУ

30.10.24

### Меню на каждый день (1-11кл)

| Прием пищи, наименование блюда                                                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                                                            |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ № 455                                    | 90           | 10,90            | 10,30   | 12,00       | 182,50                        | 455         | 2004             |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203                                                   | 150          | 5,10             | 9,15    | 34,20       | 244,50                        | 203         | 2011             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св.,капуста квашеная,огурец сол.,помидор сол.) | 60           | 0,60             | 0,10    | 1,75        | 13,20                         | 70,71,80    | 2017             |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685а                                                        | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685а        | 2011             |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68                                                           | 50           | 3,30             | 0,60    | 17,10       | 90,50                         | ТТК №68     |                  |
| Итого за прием пищи:                                                               | 550          | 20,10            | 20,15   | 80,05       | 588,70                        |             |                  |
| Всего за день:                                                                     | 550          | 20,10            | 20,15   | 80,05       | 588,70                        |             |                  |

| Прием пищи, наименование блюда                                                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                                                              |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ № 455                                       | 100          | 12,10            | 11,40   | 13,30       | 202,70                        | 455         | 2004             |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203                                                     | 180          | 6,12             | 10,98   | 41,04       | 293,40                        | 203         | 2011             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св., капуста квашеная,огурец сол., помидор сол.) | 100          | 1,00             | 0,16    | 2,90        | 22,00                         | 70,71,80    | 2017             |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685 а                                                         | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685         | 2011             |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68                                                             | 50           | 3,30             | 0,60    | 17,10       | 90,50                         | ТТК №68     |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                 | 630          | 22,72            | 23,14   | 89,34       | 666,60                        |             |                  |
| Всего за день:                                                                       | 630          | 22,72            | 23,14   | 89,34       | 666,60                        |             |                  |

### Меню на каждый день (ОВЗ)

| Прием пищи, наименование блюда                                                        | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                                                       |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                                                               |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ № 455                                        | 90           | 10,90            | 10,30   | 12,00       | 182,50                        | 455         | 2004             |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203                                                      | 150          | 5,10             | 9,15    | 34,20       | 244,50                        | 203         | 2011             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец св.,помидор св., капуста квашеная.,огурец сол., помидор сол.) | 60           | 0,60             | 0,10    | 1,75        | 13,20                         | 70,71,80    | 2017             |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685а                                                           | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685а        | 2011             |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК№68                                                               | 50           | 3,30             | 0,60    | 17,10       | 90,50                         | ТТК№68      |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                  | 550          | 20,10            | 20,15   | 80,05       | 588,70                        |             |                  |
| ЗАВТРАК II                                                                            |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ                                                              | 80           | 6,46             | 6,40    | 61,98       | 332,66                        |             |                  |
| СОК ФРУКТОВЫЙ                                                                         | 200          | 0,20             | 0,20    | 27,50       | 112,70                        |             |                  |
| Итого за прием пищи:                                                                  | 280          | 6,66             | 6,60    | 89,48       | 445,36                        |             |                  |
| Всего:                                                                                | 830          | 26,76            | 26,75   | 169,53      | 1 034,06                      |             |                  |

| Прием пищи, наименование блюда                                                     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                                                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                                                                            |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ № 455                                     | 100          | 12,10            | 11,40   | 13,30       | 202,70                        | 455         | 2004             |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203                                                   | 180          | 6,12             | 10,98   | 41,04       | 293,40                        | 203         | 2011             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец св.,помидор св.,капуста квашеная,огурец сол.,помидор сол.) | 100          | 1,00             | 0,16    | 2,90        | 22,00                         | 70,71,80    | 2017             |
| ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685а                                                        | 200          | 0,20             | 0,00    | 15,00       | 58,00                         | 685а        | 2011             |
| ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68                                                           | 50           | 3,30             | 0,60    | 17,10       | 90,50                         | ТТК №68     |                  |
| Итого за прием пищи:                                                               | 630          | 22,72            | 23,14   | 89,34       | 666,60                        |             |                  |
| ЗАВТРАК II                                                                         |              |                  |         |             |                               |             |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ВИШНЕЙ                                                           | 160          | 8,79             | 8,49    | 85,95       | 456,90                        |             |                  |
| СОК ФРУКТОВЫЙ                                                                      | 200          | 0,20             | 0,20    | 27,50       | 112,70                        |             |                  |
| Итого за прием пищи:                                                               | 360          | 8,99             | 8,69    | 113,45      | 569,60                        |             |                  |
| Всего:                                                                             | 990          | 31,71            | 31,83   | 202,79      | 1 236,20                      |             |                  |

Повар: Коч /Косова А.В./