

Согласовано:  
 Директор МБОУ "СОШ № 23"  
 имени Эрдниева П.М.  
 Сангаджиева П.Н.

1 - 4 кл. Примерное меню

01.09.2023г.

Утверждаю  
 Председатель СПК "Татьяна"  
 Попыванова Т.Д.



№ рецептурных блюд	Наименование продукта	Выход блюда, г	Цена блюда	Пищевые вещества			
				Белки г	Жиры,г	Угле-воды,г	Энерг. ккал
	<b>20-25% от суточной нормы</b>			<b>15,4 - 19,25</b>	<b>15,8 - 19,75</b>	<b>67 - 83,75</b>	<b>470 - 588</b>
	<b>1 - день</b>						
	<b>Горячее питание</b>						
№ 251	Поджарка / соус	100г		12,55	12,99	14,01	253,25
№ 290	или Птица тушеная в соусе	100г	50,01	11,77	12,89	4,79	208,7
стр 185	Гречка отварная	150г	14,75	6,75	6,45	37,5	198
45,46,29,49,50	Салат овощной	60г	4,80	0,85	3,05	5,19	79,54
№ 375, 376	Чай сладкий с лимоном	200г	6,56	0,2	0	14	29,29
	Хлеб пшеничный	30г	1,94	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30г	1,94	2,04	0,34	14,70	68,47
	<b>Итого</b>		<b>80,00</b>	<b>36,39</b>	<b>36,17</b>	<b>103,39</b>	<b>907,45</b>
	<b>2- день</b>						
	<b>Горячее питание</b>						
№ 295	Котлеты из мяса птицы / соус	90г	55,18	10,16	10,88	2,72	190,4
№ 202- 203	Макаронные из-я отварные	150г	13,16	8,77	9,35	57,93	236,51
№ 29	Салат овощной	60г	4,89	0,59	3,69	2,24	44,52
№ 376, 377	Чай сладкий	200г	2,89	0,04	0	24,76	94,2
	Хлеб пшеничный	60г	1,94	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30г	1,94	2,04	0,30	13,20	65,10
	<b>Итого</b>		<b>80,00</b>	<b>23,88</b>	<b>24,67</b>	<b>114,05</b>	<b>700,93</b>
	<b>3 - день</b>						
	<b>Горячее питание</b>						
№ 97 - 119	Суп картофель мак из-я / мяс / б или фрикадельки	250г	45,41	7,29	5,7	16,99	258,5
	Фрукты свежие или сыр Российский	145г /20г	16,20	0,04	0	9,8	47
	или Кондитерское из - я	100г		8	13,3	53,7	294
№ 379	Кофейный напиток с молоком	200г	14,51	3,52	3,72	25,49	145,2
	Хлеб пшеничный	30г	1,94	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30г	1,94	2,04	0,30	13,20	65,10
	<b>Итого</b>		<b>80,00</b>	<b>23,17</b>	<b>23,47</b>	<b>132,38</b>	<b>880</b>
	<b>4 - день</b>						
	<b>Горячее питание</b>						
№ 295	Биточки из мяса птицы / соус	90г	49,04	12,16	10,88	22,72	190,4
№ 312	Пюре картофельное	150г	19,14	3,06	6,9	20,45	137,25
45,46,29,49,50	Салат овощной	60г	4,80	0,46	3,65	1,43	96,39
№ 375, 376	Чай сладкий	200г	3,14	0,2	0	23,3	72,2
	Хлеб пшеничный	60г	1,94	4,56	0,45	26,4	140,4
	Хлеб ржано-пшеничный	30г	1,94	2,04	0,30	13,20	65,10
	<b>Итого</b>		<b>80,00</b>	<b>22,48</b>	<b>22,18</b>	<b>107,50</b>	<b>701,74</b>
	<b>5 - день</b>						
	<b>Горячее питание</b>						
№ 291, 265	Плов	200г	61,82	19,4	9,5	34,7	301
№ 259	или Жаркое по домаш	200г		17,21	4,67	13,72	265
№ 50, 52, 53, 54	Салат овощной	60г	4,75	0,86	3,65	5,02	56,35
№ 376, 377, 352	Компот с / фруктовый	200г	9,55	0,04	0	24,76	94,2
	Хлеб пшеничный	30г	1,94	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30г	1,94	2,04	0,30	13,20	65,10
	<b>Итого</b>		<b>80,00</b>	<b>41,83</b>	<b>18,57</b>	<b>104,60</b>	<b>851,85</b>

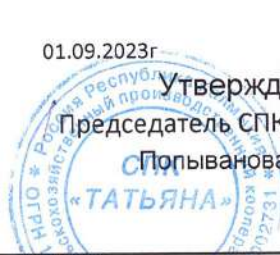
## 1 - 4 кл. Примерное меню

01.09.2023г

Согласовано  
 Директор МБОУ "СОШ № 23"  
 имени Эрдниева П.М.  
 Сангаджиева П.Н.



Утверждаю  
 Председатель СПК "Татьяна"  
 Попыванова Т.Д.



№ рецептурных блюд	Наименование продукта	Выход блюда, г	Цена блюда	Пищевые вещества			
				Белки г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ккал
	20-25% от суточной нормы			15,4 - 19,25	15,8 - 19,75	67 - 83,75	470 - 588
	<b>6 - день</b>						
	<b>Горячее питание</b>						
№ 279	Тефтели гов / соус	90г	51,64	9,74	12,6	10,56	225
стр 185	Гречка отварная	150г	13,12	6,75	6,45	37,5	198
45,46,29,49,50	Салат овощной	60г	4,80	1,85	3,05	5,19	79,54
№ 375, 376	Чай сладкий с лимоном	200г	6,56	0,2	0	14	29,29
	Хлеб пшеничный	30г	1,94	2,28	0,45	26,4	140,4
	Хлеб ржано-пшеничный	30г	1,94	2,04	0,34	14,70	68,47
	<b>Итого</b>		<b>80,00</b>	<b>22,86</b>	<b>22,89</b>	<b>108,35</b>	<b>740,70</b>
	<b>7 - день</b>						
	<b>Горячее питание</b>						
№ 82-85	Борщ св капусты мясн/б	250г	41,24	5,83	9,56	15,39	138,8
	Яйцо отварное	1шт / 40г	16,30	2,7	4,6	0,28	
	или Кондитерское из - я	100г		8	5,3	53,7	294
№382	Какао с молоком	200г	18,58	3,52	3,72	25,49	145,2
	Хлеб пшеничный	30г	1,94	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30г	1,94	2,04	0,30	13,20	65,10
	<b>Итого</b>		<b>80,00</b>	<b>24,37</b>	<b>23,93</b>	<b>121,26</b>	<b>713,30</b>
	<b>8 - день</b>						
	<b>Горячее питание</b>						
№ 295	Котлеты из мяса птицы / соус	90г	55,18	12,16	10,88	2,72	190,4
№ 202- 203	Макаронные из-я отварные / соус	150г	13,16	8,77	9,35	57,93	236,51
№ 29	Салат овощной	60г	4,89	0,59	3,69	2,24	44,52
№ 376, 377	Чай сладкий	200г	2,89	0,04	0	24,76	94,2
	Хлеб пшеничный	30г	1,94	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30г	1,94	2,04	0,30	13,20	65,10
	<b>Итого</b>		<b>80,00</b>	<b>25,88</b>	<b>24,67</b>	<b>114,05</b>	<b>700,93</b>
	<b>9 - день</b>						
	<b>Горячее питание</b>						
№ 536	Рыба или Тефтели / Биточки из птицы / соус	90г	33,42	10,08	8,93	13,15	242,8
№ 312	Пюре картофельное	150г	19,63	3,06	6,9	20,45	137,25
45,46,29,49,50	Салат овощной	60г	11,58	4,46	4,65	10,85	40,38
	Компот ф - вый	200г	11,49	0,2	0,00	26,00	150,80
	Хлеб пшеничный	30г	1,94	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30г	1,94	2,04	0,30	13,20	65,10
	<b>Итого</b>		<b>80,00</b>	<b>22,12</b>	<b>21,23</b>	<b>96,85</b>	<b>706,53</b>
	<b>10 - день</b>						
	<b>Горячее питание</b>						
№ 292, 289	Птица тушенная в соусе	100г	55,03	9,46	10,6	10,56	225
№ 305	Рис припущенный	150г	9,45	7,82	9,74	38,7	203,5
№ 50, 52, 53, 54	Салат овощной	60г	4,75	0,86	3,65	5,02	56,35
№352, 376,377	Кисель или Чай с лимоном	200г	6,89	0,2	0	31	106
	Хлеб пшеничный	30г	1,94	2,28	0,45	13,2	70,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30г	1,94	2,04	0,30	13,20	65,10
	<b>Итого</b>		<b>80,00</b>	<b>22,66</b>	<b>24,74</b>	<b>111,68</b>	<b>726,15</b>