

Согласовано

Директор Общеобразовательного учреждения

Р.З. Мухоморова



МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ РТ (МЛАДШИЕ) 54,83 руб
с 18 по 23 апреля, с 2 по 7 мая, с 16 по 21 мая 2022г.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	4,7	5,6	35,9	208,4		203	2011
РЫБНАЯ "НЕЖЕНКА"	60	2,0	7,8	11,5	95,1		251	2008
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,0	0,1	10,0	41,6		377	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,2	1,3	8,5	40,8		444	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,1	1,5	9,7	45,9		443	2008
Итого за прием пищи:	515	10,8	17,0	83,1	500,2	54,83		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г				
ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56,4		338	2008
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(С МАСЛОМ)	60	3,7	0,8	5,0	56,1		52	2011
ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	200	13,5	18,1	41,3	357,0		291m	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,5	58,1		349	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,2	1,3	8,5	40,8		444	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,1	1,5	9,7	45,9		443	2008
Итого за прием пищи:	620	17,9	22,2	90,8	614,2	54,83		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена, руб	№ рецеп-	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевод				
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	60	4,9	1,6	10,0	91,8		37	2011
ГОРХОВОЕ ПЮРЕ	150	5,1	15,6	32,7	239,3		195	2011
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	60/30	8,3	9,0	4,2	124,8		285	2008
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,0	0,1	10,0	41,6		377	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,2	1,3	8,5	40,8		444	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,1	1,5	9,7	45,9		443	2008
Итого за прием пищи:	540	18,6	29,2	75,1	584,2	54,83		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена, руб	№ рецеп-	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевод				
ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56,4		338	2008
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	6,1	0,9	4,7	77,7		67	2011
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5,2	4,4	20,0	143,8		324	2008
КУРИНЫЕ ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ	60	3,4	9,8	6,3	93,1		297	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	195/5	0,0	0,1	5,0	20,8		376	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,2	1,3	8,5	40,8		444	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,1	1,5	9,7	45,9		443	2008
Итого за прием пищи:	655	15,4	18,6	66,0	478,3	54,83		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена, руб	№ рецеп-	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевод				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	60	0,1	1,8	3,8	23,3		21	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4,7	3,2	21,4	140,8		312	2011
РЫБНАЯ "НЕЖЕНКА"	60	2,0	7,8	11,5	95,1		251	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,5	58,1		349	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,2	1,3	8,5	40,8		444	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,1	1,5	9,7	45,9		443	2008
Итого за прием пищи:	510	7,0	15,6	69,5	404,0	54,83		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена, руб	№ рецеп-	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевод				
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	3,9	0,7	7,4	68,4		41m	2012
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150/5	6,2	5,4	26,6	183,9		184	2008
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	60/40	7,4	9,7	9,9	143,8		295 m	2011
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	3,5	14,6	99,5		382	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,2	1,3	8,5	40,8		444	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,1	1,5	9,7	45,9		443	2008
Итого за прием пищи:	555	20,7	22,1	76,7	582,4	54,83		



Согласовано
 Директор Общеобразовательного учреждения
 Р.З. Сулейманова



Директор ООО "Гарант-продукт+"
 И.И. Валеев

МЕНЮ
 в столовых общеобразовательных школ РТ (МЛАДШИЕ) 54,83 руб
 с 25 по 30 апреля. С 9 по 14 мая, с 23 по 28 мая 2022г.

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена, руб	№ рецеп-	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевод				
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (С МАСЛОМ)	60	3,7	0,8	5,0	56,1		52	2011
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150	6,1	16,0	33,4	243,4		199	2011
БИШТЕКС РУБЛЕННЫЙ С СОУСОМ	60/30	7,4	9,6	11,1	190,0		270 г	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	185/5	0,0	0,1	5,0	20,6		376	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,2	1,3	6,5	40,8		444	2006
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,1	1,5	9,7	45,9		443	2008
Итого за прием пищи:	540	16,5	29,3	72,7	556,8			54,83

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена, руб	№ рецеп-	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевод				
ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56,4		336	2008
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	2,0	0,6	5,1	41,7		71	1997
РИС ОТВАРНОЙ	150	4,5	3,7	36,8	210,7		304	2011
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	18,0	13,0	3,3	227,2		290 г	2011
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,0	0,1	10,0	41,6		377	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,2	1,3	6,5	40,8		444	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,1	1,5	9,7	45,9		443	2008
Итого за прием пищи:	670	25,3	20,7	87,1	664,3			54,83

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена, руб	№ рецеп-	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевод				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	60	0,1	1,8	3,6	23,3		21	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	4,7	3,2	21,4	140,8		312	2011
РЫБНАЯ "НЕЖЕНКА"	60	2,0	7,6	11,5	95,1		251	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	3,5	14,8	99,5		382	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,2	1,3	6,5	40,8		444	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,1	1,5	9,7	45,9		443	2008
Итого за прием пищи:	510	9,9	19,1	69,6	446,4			54,83

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена, руб	№ рецеп-	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевод				
ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56,4		336	2008
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	3,9	0,7	7,4	66,4		41 г	2012
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	4,7	5,6	36,8	208,4		203	2011
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	60/40	7,4	9,7	9,9	143,8		295 г	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	185/5	0,0	0,1	5,0	20,6		376	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,2	1,3	6,5	40,8		444	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,1	1,5	9,7	45,9		443	2008
Итого за прием пищи:	675	16,8	19,4	88,3	584,3			54,83

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена, руб	№ рецеп-	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевод				
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (С МАСЛОМ)	60	3,7	0,8	5,0	56,1		52	2011
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	6,4	17,7	21,4	211,7		289 г	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	14,5	58,1		349	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,2	1,3	6,5	40,8		444	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,1	1,5	9,7	45,9		443	2008
Итого за прием пищи:	500	10,3	21,4	59,1	412,5			54,83

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена, руб	№ рецеп-	Сборник рецептур
		Жиры, г	Белки, г	Углевод				
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	2,0	0,6	5,1	41,7		71	1997
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150/5	8,2	5,4	26,6	183,9		184	2008
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	180	10,5	6,1	8,0	159,3		280 г	2011
ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/10/5	0,0	0,1	10,0	41,6		377	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,2	1,3	6,5	40,8		444	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,1	1,5	9,7	45,9		443	2008
Итого за прием пищи:	555	19,1	17,1	67,8	513,2			54,83