

Согласовано  
 Директор Общеобразовательного учреждения  
 ЛЕБОУ, Цветковская ООШ

**КОПИЯ ВЕРНА**  
 ДИРЕКТОР ШКОЛЫ

*Н.А. Челнокова*  
 Н. А. ЧЕЛНОВА

**МЕНЮ**

в столовых общеобразовательных школ РТ (СТАРШЕЕ ПОКОЛЕНИЕ) 30,20 руб  
 с 13 по 18 января, с 27 января по 01 февраля, с 10 по 15 февраля, с 24 февраля по 01 марта, 2025 г.



**7 день**

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5		5,51	5,61	35,90	215,73
2008	280	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	60		6,27	10,04	2,14	103,47
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,00	0,10	5,04	20,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,12	1,53	10,04	47,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,18	1,32	8,48	40,79
Итого за прием пищи:				30,20	12,08	18,60	61,60	427,90

**8 день**

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ФАРШЕМ	190		9,16	8,61	23,68	212,47
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,00	0,10	5,04	20,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,12	1,53	10,04	47,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,18	1,32	8,48	40,79
Итого за прием пищи:				30,20	9,46	11,56	47,24	321,17

**9 день**

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2008	324	КАША ГРЕЧЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155		4,39	4,57	20,63	140,16
2011	297	КУРИНЫЕ ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	60/40		4,00	8,91	6,16	94,62
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,00	0,10	5,04	20,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,12	1,53	10,04	47,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,18	1,32	8,48	40,79
Итого за прием пищи:				30,20	8,69	16,43	50,35	343,48

**10 день**

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5		5,51	5,61	35,90	215,73
2011	227 ГП	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60		2,70	10,24	0,37	66,97
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200/5		0,00	0,10	5,04	20,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,12	1,53	10,04	47,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,18	1,32	8,48	40,79
Итого за прием пищи:				30,20	8,51	18,80	59,83	391,40

**11 день**

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2011	289 м	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	190		6,09	16,83	20,36	201,49
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,00	0,10	5,04	20,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,12	1,53	10,04	47,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,18	1,32	8,48	40,79
Итого за прием пищи:				30,20	6,39	19,78	43,92	310,19

**12 день**

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	155		3,51	2,74	16,10	106,89
2011	295 м	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	60/40		7,78	9,69	9,82	146,40
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,00	0,10	5,04	20,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,12	1,53	10,04	47,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,18	1,32	8,48	40,79
Итого за прием пищи:				30,20	11,59	15,38	49,48	361,99





Согласовано  
 Директор Общеобразовательного учреждения  
*Сбор, Чебоксарская 0021*



**КОПИЯ ВЕРНА**  
 ДИРЕКТОР ШКОЛЫ  
*Н. А. ЧЕЛНОКОВА*

**МЕНЮ**

в столовых общеобразовательных школ РТ (СТАРШЕ) - 30,20 руб  
 с 09 по 11 января, с 20 по 25 января, с 03 февраля по 08 февраля, с 14 по 22 февраля, 2025 г.

**1 день**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2008	323	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	155		4,17	4,15	25,30	155,35
2011	295 m	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	60/40		7,78	9,69	9,82	146,40
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,00	0,10	5,04	20,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,12	1,53	10,04	47,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,18	1,32	8,48	40,79
Итого за прием пищи:				30,20	12,25	16,79	58,68	410,45

**2 день**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод ы, г	
2012	143 ГП	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	155		6,89	2,36	13,81	127,72
2011	280 m	МЯСНЫЕ ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	60/40		7,80	6,51	6,30	121,33
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,00	0,10	5,04	20,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,12	1,53	10,04	47,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,18	1,32	8,48	40,79
Итого за прием пищи:				30,20	14,99	11,82	43,67	357,75

**3 день**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод ы, г	
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5		5,51	5,61	35,90	215,73
2008	280	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	60		6,27	10,04	2,14	103,47
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,00	0,10	5,04	20,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,12	1,53	10,04	47,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,18	1,32	8,48	40,79
Итого за прием пищи:				30,20	12,08	18,60	61,60	427,90

**4 день**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод ы, г	
2011	291 m	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	190		12,35	17,21	39,27	334,93
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,00	0,10	5,04	20,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,12	1,53	10,04	47,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,18	1,32	8,48	40,79
Итого за прием пищи:				30,20	12,65	20,16	62,83	443,63

**5 день**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод ы, г	
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155		3,40	3,14	21,77	130,64
2011	227 ГП	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60		2,70	10,24	0,37	66,97
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,00	0,10	5,04	20,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,12	1,53	10,04	47,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,18	1,32	8,48	40,79
Итого за прием пищи:				30,20	6,40	16,33	45,70	306,31

**6 день**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод ы, г	
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	155		5,47	5,49	27,02	179,70
2011	295 m	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	60/40		7,78	9,69	9,82	146,40
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,00	0,10	5,04	20,55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,12	1,53	10,04	47,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,18	1,32	8,48	40,79
Итого за прием пищи:				30,20	13,55	18,13	60,40	434,80