



Директор МБОУ СОШ № 21

СОШ № 21

Города

Пятигорска

Суховеева С.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ

16 октября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
	Кондитерское изделие 1 шт	55	12,30	3	17,5	26,5	275
224	Запеканка из творога с морковью с соусом яблочным 200/20	220	42,50	16,39	12,26	55,63	524,05
1091	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого завтрак:	550	61,00	23,75	30,36	121,91	980,61
	Обед						
70	Помидор соленый	100	3,00	1,2	0,2	5,8	30
96	Рассольник ленинградский	250	9,80	2,18	4,79	15,38	112,84
294/331	Котлеты рубленые из курицы 80/40	120	29,60	13,2	15,16	13,25	241,59
309	Макаронные изделия отварные	180	10,20	6,34	4,66	39,29	224,64
349	Компот из сухофруктов	200	5,20	0,38	0	30,74	124,46
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед	910	61,00	27,56	25,41	129,24	855,09
	Всего:	1460		51,31	55,77	251,15	1835,7

Утверждено
 Директор МБОУ СОШ № 21
 г. Буховцева С.В.
 Пятигорска

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ

17 октября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
73	Кабачковая икра	30	5,64	0	7	7	90
210	Омлет натуральный 159	159	33,16	15,55	16,94	2,78	240
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
338	Фрукты свежие сезонные калиброванное 1шт	100	16,00	0,4	0	12,6	52
378	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
	Итого завтрак:	564	61,00	20,31	24,54	62,16	563,56
	Обед						
70	Огурец соленый	100	4,00	0,8	0,2	3,2	18
101	Суп картофельный с пшеном	250	5,50	2,23	4,1	15,5	116,5
234/331	Котлеты из минтая с соусом 80/40	120	28,30	12,45	10,44	11,57	290,88
312	Пюре картофельное	180	12,00	3,91	5,1	24,2	157,16
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
344	Компот из яблок	200	8,00	0,3	0	27,3	112,1
	Итого обед:	910	61,00	23,95	20,44	106,55	816,2
	Всего:	1474		44,26	44,98	168,71	1379,76

Утверждено
Директор МБОУ СОШ № 21

Индивидуальный предприниматель



Суховсева С.В.

Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ

18 октября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	Завтрак						
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с сахаром и маслом сливочным 200/10/10	220	22,60	5,72	8,98	40,43	265,32
15	Сыр российский порционно	20	16,20	4,64	5,9	0	71,66
389	Сок фруктовый	200	19,00	1	0	24,4	101,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	24,4	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого:	500	61,00	15,62	15,48	99,25	560,14
	Обед						
324	Свекла тушеная	100	3,50	1,68	1,22	10,5	59,68
102	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,20	2,7	3,2	18,9	114,84
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 80/40	120	31,90	13,08	16	22,35	240,15
305	Рис припущенный	180	14,20	4,39	4,36	42,86	228
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с сахаром 200/15	215	3,00	0,1	0	15	60
	Итого обед	925	61,00	26,21	25,38	134,39	824,23
	Всего:	1425		41,83	40,86	233,64	1384,37

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 21

Индивидуальный предприниматель



Ковалева С.В.



Мурзин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ

19 октября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак							
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	210	22,75	6,1	11,3	33,5	260
3	Бутерброд с сыром и маслом сливочным 30/15/5	50	19,25	5,9	8,5	14,2	157
338	Фрукты свежие сезонные калиброванное 1шт	100	16,00	0,4	0	12,6	52
377	Чай с сахаром	215	3,00	0,1	0	15	60
Итого завтрак:		575	61,00	12,5	19,8	75,3	529
Обед							
70	Огурец соленый	100	4,00	0,8	0,2	3,2	18
112	Суп гороховый	250	5,20	5,15	5	18,13	137,79
290	Курица, тушенная в соусе 80/80	160	32,60	21,6	27,36	6,08	356,8
309	Макаронные изделия отварные	180	9,80	6,34	4,66	39,29	224,64
344	Компот из яблок	200	6,20	0,3	0	27,3	112,1
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого обед:		950	61,00	38,45	37,82	118,78	970,89
Всего:		1525		50,95	57,62	194,08	1499,89

Утверждено:
Директор МБОУ СОШ № 21



Индивидуальный предприниматель



Муозин Д.Т.

Меню для льготного питания детей 5-11 классов и для питания детей с ОВЗ

20 октября 2023г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углево-ды	
	Завтрак						
294/331	Котлеты куриные с соусом 80/40	120	31,00	13,2	15,16	13,25	241,59
309	Макаронные изделия отварные	180	9,80	6,34	4,66	39,29	224,64
324	Свекла тушеная	100	3,50	1,68	1,22	10,5	59,68
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
382	Какао с молоком	200	13,50	3,76	3,2	26,74	150,8
	Итого завтрак:	660	61,00	29,24	24,84	114,56	798,27
	Обед						
70	Помидор соленый	100	3,20	1,2	0,2	5,8	30
88	Щи из свежей капусты	250	8,20	1,81	4,24	8,53	82,6
279/332	Тефтели из говядины 80/40	120	30,06	10,75	12,63	13,05	204,01
302	Пшеничная каша рассыпчатая	180	10,32	9,26	4,75	51,94	287,51
349	Компот из сухофруктов	200	6,02	0,38	0	30,74	124,46
1091	Хлеб пшеничный	30	1,60	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,60	1,98	0,36	10,02	51,24
	Итого обед	910	61,00	27,66	22,42	134,84	850,14
	Всего:	1570		56,90	47,26	249,40	1648,41