

Утверждаю: Исполняющий обязанн

директора МБОУ " Излучинская  
общеобразовательная начальная школа"

И. Ю. Батырова

16 Апрель 2024 г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 3 - 7 лет



Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 12								
Завтрак	Каша молочная жидкая с маслом	200/5	5,9	8,2	24,3	195,1	TK№ 285д/22	2022
	Чай с молоком	200	1,7	1,7	12,2	71,1	TK№ 266д/22	2022
	Батон пшеничный В/С	30	2,3	0,9	15	77,7	TK№ 10д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>435</b>	<b>9,9</b>	<b>10,8</b>	<b>51,5</b>	<b>343,9</b>		
2 Завтрак	Кисломолочный напиток 2,5 % жирности	100	2,8	2,5	4,5	56,5	TK№ 28д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>100</b>	<b>2,8</b>	<b>2,5</b>	<b>4,5</b>	<b>56,5</b>		
Обед	Салат из свежих огурцов	50	0,4	5	1,1	50,7	TK№ 324д/22	2022
	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и сметаной	180/15/6	5,3	6,8	7,5	112,6	TK№ 146д/22	2022
	Рыба, запеченая с картофелем	150	13,8	17,3	21,7	297,9	TK№ 359д/22	2022
	Соки в ассортименте	180	0,5	0,4	29,3	126	TK№ 292д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	25	1,9	0,2	12,3	58,8	TK№ 8д/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,7	0,3	9,9	49,5	TK№ 9д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>631</b>	<b>23,6</b>	<b>30</b>	<b>81,8</b>	<b>695,5</b>		
Полдник	Напиток из кураги	200	1,1	0,1	20,9	89,7	TK№ 116д/22	2022
	Булка плюшка	50	2,2	2,6	24,7	130,6	TK№ 339д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>250</b>	<b>3,3</b>	<b>2,7</b>	<b>45,6</b>	<b>220,3</b>		
Ужин	Томаты свежие нарезка	60	0,6	0,1	2,3	12,9	TK№ 38д/22	2022
	Омлет напуральный	150	16,1	16,3	2,9	222,8	TK№ 142д/22	2022
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	23,2	94,7	TK№ 89д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	30	2,3	0,2	14,8	70,5	TK№ 8д/22	2022
	Фрукты по сезону, мандарин	100	0,9	0,2	8,1	37,7	TK№ 1д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>540</b>	<b>20,3</b>	<b>16,8</b>	<b>51,3</b>	<b>438,6</b>		
<b>Итого за день</b>			<b>59,9</b>	<b>62,8</b>	<b>234,7</b>	<b>1754,8</b>		

Старший повар \_\_\_\_\_

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра \_\_\_\_\_

И. Н. Инчина

Утверждаю: Исполняющий обязанности

директора МБОУ "Излучинская  
общеобразовательная начальная школа"

И. Ю. Батырова



16 Апрель 2024 г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория от 1,5 - 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 12								
Завтрак	Каша молочная жидкая с маслом	150/4	4,5	6,4	18,4	148,9	TK№ 285д/22	2022
	Чай с молоком	180	1,5	1,5	11	63,9	TK№ 266д/22	2022
	Батон пшеничный В/С	25	1,9	0,8	12,5	64,8	TK№ 10д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>359</b>	<b>7,9</b>	<b>8,7</b>	<b>41,9</b>	<b>277,6</b>		
2 Завтрак	Кисломолочный напиток 2,5 % жирности	100	2,8	2,5	4,5	56,5	TK№ 28д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>100</b>	<b>2,8</b>	<b>2,5</b>	<b>4,5</b>	<b>56,5</b>		
Обед	Салат из свежих огурцов	30	0,2	3	0,7	30,4	TK№ 324д/22	2022
	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и сметаной	150/10/6	3,9	5,4	6,3	89,2	TK№ 146д/22	2022
	Рыба, запеченая с картофелем	130	12	15	18,8	258,5	TK№ 359д/22	2022
	Соки в ассортименте	150	0,5	0,3	24,5	105	TK№ 292д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	15	1,1	0,1	7,4	35,3	TK№ 8д/22	2022
	Хлеб ржано-пшеничный	15	1	0,2	5,9	29,7	TK№ 9д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>506</b>	<b>18,7</b>	<b>24</b>	<b>63,6</b>	<b>548,1</b>		
Полдник	Напиток из кураги	150	0,9	0	15,7	67,3	TK№ 116д/22	2022
	Булка плюшка	50	2,2	2,6	24,7	130,6	TK№ 339д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>200</b>	<b>3,1</b>	<b>2,6</b>	<b>40,4</b>	<b>197,9</b>		
Ужин	Томаты свежие нарезка	30	0,3	0,1	1,1	6,5	TK№ 38д/22	2022
	Омлет напуральный	130	14	14,1	2,5	193,1	TK№ 142д/22	2022
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,3	0	17,4	70,9	TK№ 89д/22	2022
	Хлеб пшеничный В/С	15	1,1	0,1	7,4	35,3	TK№ 8д/22	2022
	Фрукты по сезону, мандарин	95	0,8	0,2	7	33,3	TK№ 1д/22	2022
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>420</b>	<b>16,5</b>	<b>14,5</b>	<b>35,4</b>	<b>339,1</b>		
<b>Итого за день</b>			<b>49,0</b>	<b>52,3</b>	<b>185,8</b>	<b>1419,2</b>		

Старший повар

Н. Г. Сафиканова

Мед сестра

И. Н. Инчина