

Согласовано:
Директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 4"
О.А. Саютина

Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества
Е.А. Завьялова

**МЕНЮ
ЗАВТРАК (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ, 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (Льготная категория)
С 19.05.2025г.-26.05.2025г.**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Понедельник 19.05.2025г. (2 неделя 1 день)							
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	табл.№4,№302	203	7,92	15,54	38,54	228,02	34,78
Кекс "Творожный"	№794	75	6,90	12,15	43,13	165,75	67,60
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,25
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,14
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	157	1,26	0,29	11,81	59,66	52,00
Итого за приём		680	19,60	28,48	129,78	588,68	172,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	49,80
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	15,50	150,00	78,62
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	29,29
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционно	22	1,68	0,22	11,22	53,79	4,52
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Итого за приём		547	22,32	21,07	77,94	544,67	172,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Плов из птицы(бедро) с подгарнировкой	№492	200	13,70	20,40	37,30	391,00	66,53
(Огурец свежий порционно)	стр 70-71	20	0,16	0,03	0,51	2,80	13,65
Хлеб пшеничный	порционно	35	2,45	0,35	17,15	82,25	7,41
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	6,27
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,14
Батончик Виталад "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	18,00
Имунеле с витаминами D3, B6 + лактобактерии	порционно	100	2,50	2,50	11,50	79,00	52,00
Итого за приём		600	22,10	24,98	106,86	716,00	172,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	27,43
Курица запечёная	ТТК № 50	100	25,48	25,84	0,00	333,20	112,28
Хлеб пшеничный	порционно	32	2,24	0,32	15,68	75,20	6,68
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	6,27
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Кондитерское изделие (печенье)	порционно	40	5,36	2,75	35,60	189,40	14,80
Итого за приём		582	42,37	34,01	113,65	930,95	172,00
Пятница 23.05.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным с подгарнировкой (Огурец солёный порционно)	табл.№4,№297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	33,14
		10	0,08	0,01	0,17	1,00	6,41
Гуляш из курицы (филе)	ТТК № 51	100	20,50	4,40	3,00	133,00	87,69
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	24,50
Хлеб пшеничный	порционно	32	2,24	0,32	15,68	75,20	6,62
Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной)	порционно	20	1,60	0,70	15,70	52,60	9,10
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Итого за приём		552	35,07	19,89	86,00	640,49	172,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Каша молочная вязкая манная с маслом сливочным	табл.№4,№302	205	10,00	12,40	42,60	303,00	41,57
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	29,29
Хлеб пшеничный	порционно	20	1,40	0,20	9,80	47,00	4,18
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Фрукт (мандарин) свежий	порционно	153	1,22	0,29	11,43	57,76	88,24
Итого за приём		618	18,94	18,49	81,10	548,79	172,00

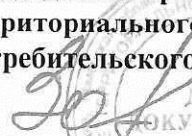
Технолог:

/ В. А. Лебедева/

Согласовано:
Директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 4"



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества


Е.А. Завьялова

**МЕНЮ
ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ДОТАЦИЯ) (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 19.05.2025г.-26.05.2025г.**

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Понедельник 19.05.2025г. (2 неделя 1 день)							
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	табл.№4, №302	201	7,91	13,08	38,52	214,84	26,73
Хлеб пшеничный	порционно	38	2,66	0,38	18,61	89,30	7,17
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	5,70
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,40
Итого за приём		469	13,26	13,86	79,50	404,29	44,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Каша молочная вязкая манная с маслом сливочным	табл.№4, №302	201	6,78	3,43	42,57	236,64	28,17
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	5,73
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	5,70
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,40
Итого за приём		461	11,57	4,13	79,64	407,29	44,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Каша молочная вязкая пшённая с маслом сливочным	табл.№4, №302	302	12,07	6,27	60,46	348,05	31,36
Хлеб пшеничный	порционно	29	2,03	0,29	14,21	68,15	4,29
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	4,00
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,35
Итого за приём		556	16,40	6,91	94,49	504,13	44,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Каша молочная вязкая ячневая с маслом сливочным	табл.№4, №302	201	8,66	4,18	55,52	296,10	27,90
Хлеб пшеничный	порционно	32	2,24	0,32	15,68	75,20	6,00
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	5,70
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,40
Итого за приём		463	13,59	4,90	93,57	471,45	44,00
Пятница 23.05.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Каша молочная вязкая из геркулеса с маслом сливочным	табл.№4, №302	201	8,36	8,38	34,27	246,64	27,23
Хлеб пшеничный	порционно	35	2,45	0,35	17,15	82,25	6,67
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	5,70
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,40
Итого за приём		466	13,50	9,13	73,79	429,04	44,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Каша молочная вязкая манная с маслом сливочным	табл.№4, №302	201	6,78	3,43	42,57	236,64	28,17
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	5,73
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	5,70
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,40
Итого за приём		461	11,57	4,13	79,64	407,29	44,00

Технолог:



/ В. А. Лебедева/

Согласовано:
Директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 4"



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества
Е.А. Завьялова



МЕНЮ
ЗАВТРАК (с родительской доплатой 128,0 руб + 44,0 руб дотация)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 19.05.2025г.-26.05.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Понедельник 19.05.2025г. (2 неделя 1 день)							
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом сливочным с подгарнировкой (Помидор свежий порционно) (Огурец свежий порционно)	№718	201	20,96	17,75	40,85	424,31	134,68
	стр 70-71	20	0,22	0,04	0,74	5,00	13,87
	стр 70-71	15	0,12	0,02	0,38	2,10	10,24
Хлеб пшеничный	порционно	21	1,47	0,21	10,29	49,35	4,49
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Итого за приём		477	24,69	18,32	69,53	556,46	172,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Пюре картофельное Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе Булочка Домашняя Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Чай с сахаром	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	49,80
	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	78,62
	№282, сб.р. 2001	60	4,40	7,10	34,00	218,00	29,99
	порционно	23	1,61	0,23	11,27	54,05	4,87
	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Итого за приём		583	22,03	22,83	99,94	687,75	172,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Плов из птицы(бедро) с подгарнировкой (Огурец свежий порционно) Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Чай с лимоном, с сахаром Батончик Виталал "Готовый завтрак овсянка с фруктами" Имунеле с витаминами D3, B6 + лактобактерии	№492	200	13,70	20,40	37,30	391,00	66,53
	стр 70-71	20	0,16	0,03	0,51	2,80	13,65
	порционно	35	2,45	0,35	17,15	82,25	7,41
	порционно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	6,27
	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,14
	порционно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	18,00
порционно	100	2,50	2,50	11,50	79,00	52,00	
Итого за приём		600	22,10	24,98	106,86	716,00	172,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Паста(спагетти) сливочная с курицей с подгарнировкой (Помидор свежий порционно) Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Чай с сахаром Булочка Фантазия	№406 СБ.р. 202	200	16,60	19,20	28,80	356,00	101,48
	стр 70-71	20	0,22	0,04	0,74	5,00	13,87
	порционно	29	2,03	0,29	14,21	68,15	6,10
	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Приказ № 001-8-0	80	5,60	10,40	43,90	292,00	40,78	
Итого за приём		554	26,75	30,28	107,47	809,08	172,00
Пятница 23.05.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным с подгарнировкой (Огурец солёный порционно) Гуляш из курицы (филе) Булочка Домашняя Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Чай с сахаром	табл.№4, №297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	33,14
		10	0,08	0,01	0,17	1,00	6,41
	ТТК № 51	100	20,50	4,40	3,00	133,00	87,69
	№282, сб.р. 2001	60	4,40	7,10	34,00	218,00	29,99
	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
	порционно	24	1,84	0,27	12,24	58,68	5,00
	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Итого за приём		599	39,16	19,23	113,03	782,23	172,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом сливочным Сыр (порциями) Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Чай с сахаром	№718	201	20,96	17,75	40,85	424,31	134,68
	№97	15	3,30	4,00	0,00	49,00	21,97
	порционно	27	1,89	0,27	13,23	63,45	5,58
	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Итого за приём		468	28,45	22,37	73,90	624,69	172,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества
Е.А. Завьялова



МЕНЮ
ЗАВТРАК (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ, 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)
С 19.05.2025г.-26.05.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Понедельник 19.05.2025г. (2 неделя 1 день)							
Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	табл№4,№302	203	7,92	15,54	38,54	228,02	34,78
Кекс "Творожный"	№794	75	6,90	12,15	43,13	165,75	67,60
Хлеб пшеничный	порционнно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционнно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,25
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,14
Фрукт (яблоко) свежий	порционнно	157	1,26	0,29	11,81	59,66	52,00
Итого за приём		680	19,60	28,48	129,78	588,68	172,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	49,80
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	15,50	150,00	78,62
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	29,29
Хлеб пшеничный	порционнно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционнно	22	1,68	0,22	11,22	53,79	4,52
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Итого за приём		547	22,32	21,07	77,94	544,67	172,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Плов из птицы(бедро) с подгарнировкой	№492	200	13,70	20,40	37,30	391,00	66,53
(Огурец свежий порционнно)	стр 70-71	20	0,16	0,03	0,51	2,80	13,65
Хлеб пшеничный	порционнно	35	2,45	0,35	17,15	82,25	7,41
Хлеб ржаной	порционнно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	6,27
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,14
Батончик Виталад "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционнно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	18,00
Имунеле с витаминами D3, B6 + лактобактерии	порционнно	100	2,50	2,50	11,50	79,00	52,00
Итого за приём		600	22,10	24,98	106,86	716,00	172,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	27,43
Курица запечёная	ТТК № 50	100	25,48	25,84	0,00	333,20	112,28
Хлеб пшеничный	порционнно	32	2,24	0,32	15,68	75,20	6,68
Хлеб ржаной	порционнно	30	2,30	0,30	15,30	73,35	6,27
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Кондитерское изделие (печенье)	порционнно	40	5,36	2,75	35,60	189,40	14,80
Итого за приём		582	42,37	34,01	113,65	930,95	172,00
Пятница 23.05.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным с подгарнировкой (Огурец солёный порционнно)	табл№4,№297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	33,14
		10	0,08	0,01	0,17	1,00	6,41
Гуляш из курицы (филе)	ТТК № 51	100	20,50	4,40	3,00	133,00	87,69
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	24,50
Хлеб пшеничный	порционнно	32	2,24	0,32	15,68	75,20	6,62
Батон "На здоровье" (пшенично-ржаной)	порционнно	20	1,60	0,70	15,70	52,60	9,10
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Итого за приём		552	35,07	19,89	86,00	640,49	172,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Каша молочная вязкая манная с маслом сливочным	табл№4,№302	205	10,00	12,40	42,60	303,00	41,57
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	29,29
Хлеб пшеничный	порционнно	20	1,40	0,20	9,80	47,00	4,18
Хлеб ржаной	порционнно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Фрукт (мандарин) свежий	порционнно	153	1,22	0,29	11,43	57,76	88,24
Итого за приём		618	18,94	18,49	81,10	548,79	172,00

Технолог:

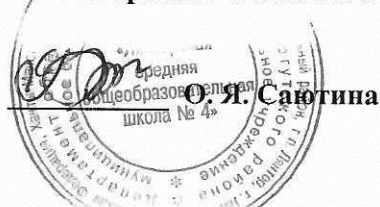
/ В. А. Лебедева/



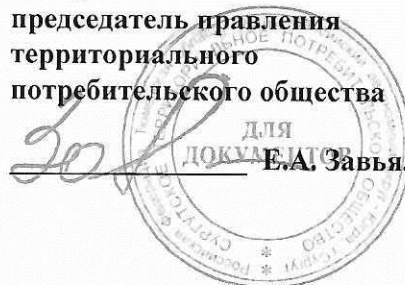
**МЕНЮ
ЗАВТРАК**
(ДЛЯ ДЕТЕЙ НУЖДАЮЩИХСЯ В ЛЕЧЕБНОМ ПИТАНИИ-ЦЕЛИАКИЯ)
С 7-11 ЛЕТ, С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)
С 19.05.2025г.-26.05.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Понедельник 19.05.2025г. (2 неделя 1 день)							
Каша молочная вязкая "Дружба" с маслом сливоч	ТТК №13	250	8,38	5,50	49,37	281,64	
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	
Хлебец безглютеновый	порционно	10	1,20	0,30	5,20	32,00	
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	
Фрукт (яблоко) свежий		150	0,60	0,60	13,50	70,50	
Итого за приём		640	14,88	19,01	82,00	542,96	172,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	
Голубцы с мясом и рисом (ленивые)	№485	100	16,26	10,21	17,85	284,00	
(без томатной пасты)							
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	
Хлебец безглютеновый	порционно	10	1,20	0,30	5,20	32,00	
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	
Итого за приём		510	26,35	21,41	62,02	598,13	172,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Плов из птицы(бедро)(без томатной пасты)	№492	200	13,70	20,40	37,30	391,00	
с поджаривкой (Огурец свежий порционно)	ст 70-71	20	0,16	0,03	0,51	2,80	
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	
Фрукт (яблоко) свежий		150	0,60	0,60	13,50	70,50	
Итого за приём		570	14,70	21,08	65,16	491,90	172,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Картофель отварной	№518	180	3,78	4,05	30,87	178,20	
Курица запечёная	ТТК № 50	100	25,48	25,84	0,00	333,20	
Хлебец безглютеновый	порционно	10	1,20	0,30	5,20	32,00	
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	
Итого за приём		490	30,85	30,29	43,14	570,20	172,00
Пятница 23.05.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным с	табл№4,№297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	
Гуляш из курицы (филе)(без томатной пасты)	ТТК № 51	100	20,50	4,40	3,00	133,00	
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	
Хлебец безглютеновый	порционно	10	1,20	0,30	5,20	32,00	
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	
Итого за приём		500	32,35	19,16	59,65	543,69	172,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Каша молочная вязкая пшённая с маслом сливочн	табл№4,№302	205	6,84	9,97	39,20	286,00	
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	
Хлебец безглютеновый	порционно	10	1,20	0,30	5,20	32,00	
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	
Фрукт (мандарин) свежий		150	1,20	0,30	11,25	57,00	
Итого за приём		585	14,03	15,97	62,72	467,13	172,00

Согласовано:
Директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 4"



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества
Е.А. Завьялова



МЕНЮ ЗАВТРАК

(ДЛЯ ДЕТЕЙ НУЖДАЮЩИХСЯ В ДИЕТИЧЕСКОМ ПИТАНИИ-САХАРНЫЙ ДИАБЕТ, СТОЛ №. 9)
С 7-11 ЛЕТ, С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)
С 19.05.2025г.-26.05.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 200	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Понедельник 19.05.2025г. (2 неделя 1 день)							
Запеканка из творога (без сахара)	№366	100	16,76	11,72	10,34	172,41	
Каша молочная вязкая из геркулеса с маслом сливабл№4,№30		155	6,74	8,26	26,44	200,04	
(без сахара)							
Хлеб ржаной	порционно	40	3,06	0,40	20,40	97,80	
Чай с лимоном (без сахара)	№684,686	200	0,45	0,10	0,29	27,60	
Фрукт (яблоко) свежий		150	0,60	0,60	13,50	70,50	
Итого за приём		645	27,61	21,08	70,97	568,35	172,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	15,50	150,00	
(без сахара)							
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Итого за приём		550	22,35	21,05	70,56	542,38	172,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Плов из птицы (с перловой крупой)	№492	250	28,90	34,70	37,30	580,00	
подгарнировкой (Огурец свежий порционно)	стр 70-71	20	0,16	0,03	0,51	2,80	
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай с лимоном (без сахара)	№684,686	200	0,45	0,10	0,29	27,60	
Итого за приём		550	37,43	47,84	61,26	852,27	172,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Картофель отварной	№518	180	3,78	4,05	30,87	178,20	
Курица запечёная	ТТК № 50	100	25,48	25,84	0,00	333,20	
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Итого за приём		550	37,51	35,74	54,03	713,78	172,00
Пятница 23.05.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл№4,№29	180	10,20	7,10	44,30	286,00	
с подгарнировкой (Огурец свежий порционно)	ст 70-71	15	0,12	0,02	0,37	2,10	
Гуляш из курицы (филе)	ТТК № 51	100	20,50	4,40	3,00	133,00	
Масло (порциями)	№96	10	0,06	7,26	0,08	65,89	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Итого за приём		555	34,73	19,33	70,91	624,04	172,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Каша молочная вязкая пшённая с маслом сливочн	табл№4,№30	205	6,84	9,97	39,20	286,00	
(без сахара)							
Сыр (порциями)	№97	20	4,40	5,30	0,00	65,33	
Хлеб ржаной	порционно	40	3,06	0,40	20,40	97,80	
Чай (без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Фрукт (мандарин) свежий		150	1,20	0,30	11,25	57,00	
Итого за приём		615	15,89	16,07	70,93	532,53	172,00

Согласовано:
Директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 4"



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества

Е.А. Завьялова

МЕНЮ

ОБЕД (с родительской платой) (2 вариант) ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ С 19.05.2025г.-26.05.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 200	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
Понедельник 19.05.2025г. (2 неделя 1 день)							
Икра кабачковая	порционно	60	0,72	2,82	4,62	4,80	18,60
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	210	1,60	4,80	9,90	89,00	32,97
Макаронные изделия отварные	№332,516	150	5,47	3,98	33,36	194,00	22,86
Голубцы с мясом и рисом (ленивые)	№485	100	16,26	10,21	17,85	284,00	64,20
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	6,24
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Кондитерское изделие (печенье)	порционно	25	1,88	4,75	36,08	115,00	9,25
Итого за прием		800	30,94	27,21	156,76	928,43	172,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Салат из свеклы с изюмом	№20 С.р. 200	60	0,92	3,65	9,40	63,60	17,14
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	27,28
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом слив	№718	151	15,72	13,31	30,64	318,23	101,66
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	6,27
Хлеб ржаной	порционно	29	2,22	0,29	14,79	70,91	6,02
Напиток яблочный	№701	200	0,08	0,08	8,94	41,50	13,63
Итого за прием		720	26,64	21,73	96,27	696,74	172,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Икра кабачковая	порционно	60	0,72	2,82	4,62	4,80	18,60
Щи из свежей капусты с картофелем	№ 124	200	1,60	3,50	7,50	59,00	23,90
Пюре картофельное	№520	150	3,80	4,60	25,63	162,00	41,50
Котлеты или биточки рыбные (из минтая)	№388	100	12,56	3,00	8,90	106,00	64,57
Хлеб пшеничный	порционно	27	1,89	0,27	13,23	63,45	5,55
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Итого за прием		762	23,48	14,54	100,13	566,38	172,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Салат из свеклы с чесноком	№22 С.р. 200	60	0,88	6,05	5,11	78,33	13,29
Суп картофельный с клецками	сб.р.Мог. № 8	250	2,10	3,40	12,10	87,00	24,68
Рис припущенный с маслом сливочным	№512	150	3,60	5,30	36,28	211,00	29,79
Котлета или биточек мясной с соусом томатным	№454,587	100	7,80	6,40	6,90	117,00	81,30
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционно	24	1,84	0,24	12,24	58,68	5,06
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Итого за прием		809	18,97	21,74	112,38	720,76	172,00
Пятница 23.05.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	60	1,50	6,00	5,40	81,00	22,07
Суп-лапша домашняя	№ 148	250	2,70	2,60	18,90	111,00	20,31
Макаронные изделия отварные	№332,516	150	5,47	3,98	33,36	194,00	22,86
Биточек "Школьник" с соусом томатным основны	№278	100	9,44	10,56	7,93	154,90	84,94
Хлеб пшеничный	порционно	24	1,68	0,24	11,76	56,40	4,99
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Итого за прием		804	23,32	23,68	115,05	756,20	172,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	60	1,50	6,00	5,40	81,00	22,07
Суп картофельный с крупой	№ 138	200	3,60	2,32	24,08	131,20	20,51
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл.№4,№29	150	8,48	5,88	36,94	238,00	27,62
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	78,62
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,30
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Итого за прием		760	28,24	24,50	124,42	830,08	172,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/

Согласовано:
Директор МБОУ
"Лянгорская СОШ № 4"

Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества

Е.А. Завьялова

МЕНЮ

ОБЕД (с родительской доплатой 212,0 руб; 168,0 руб + 44 дотация) (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 19.05.2025г.-26.05.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 200	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Понедельник 19.05.2025г. (2 неделя 1 день)							
Икра кабачковая	порционно	100	1,20	4,70	7,70	78,00	31,00
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	38,64
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	27,43
Котлета или биточек мясной с соусом томатным	№454,587	100	7,80	6,40	6,90	117,00	81,30
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	6,27
Хлеб ржаной	порционно	26	1,99	0,26	13,26	63,57	5,46
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Кондитерское изделие (печенье)	порционно	25	1,88	4,75	36,08	115,00	9,25
Итого за прием		921	24,57	26,71	158,44	893,07	212,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Салат из свеклы с изюмом	№20 С.р. 200	100	1,54	6,08	15,66	106,00	28,56
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	27,28
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом сливочным	№718	201	20,96	17,75	40,85	424,31	134,68
Хлеб пшеничный	порционно	22	1,54	0,22	10,78	51,70	4,65
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Итого за прием		793	32,17	28,45	122,79	872,91	212,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Икра кабачковая	порционно	100	1,20	4,70	7,70	78,00	31,00
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	№ 124	260	2,00	5,10	8,70	90,00	36,18
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	49,80
Котлеты или биточки рыбные (из минтая)	№388	100	12,56	3,00	8,90	106,00	64,57
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционно	22	1,68	0,22	11,22	53,79	4,62
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Кондитерское изделие (сушки)	порционно	25	2,68	1,80	17,80	94,70	7,95
Итого за прием		912	26,97	20,67	125,97	781,24	212,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Салат из свеклы с чесноком	№22 С.р. 200	100	1,46	10,09	8,51	130,55	22,15
Суп картофельный с клецками	сб.р.Мог. № 8	250	2,10	3,40	12,10	87,00	24,68
Рис припущенный с маслом сливочным	№512	180	4,20	5,70	41,70	239,00	35,75
Котлета или биточек мясной с соусом томатным	№454,587	100	7,80	6,40	6,90	117,00	81,30
Хлеб пшеничный	порционно	21	1,47	0,21	10,29	49,35	4,29
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
Компот из кураги	№ 638	200	0,98	0,05	23,81	121,40	21,65
Батончик Виталад "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	18,00
Итого за прием		886	20,29	27,40	124,76	853,20	212,00
Пятница 23.05.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	100	1,20	10,00	7,10	124,00	36,54
Суп-лапша домашняя	№ 148	250	2,70	2,60	18,90	111,00	20,31
Макаронные изделия отварные	№332,516	150	5,47	3,98	33,36	194,00	22,86
Биточек "Школьник" с соусом томатным основным	№278	100	9,44	10,56	7,93	154,90	84,94
Хлеб пшеничный	порционно	34	2,38	0,34	16,66	79,90	7,08
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,00	73,35	6,27
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	34,00
Итого за прием		864	24,09	28,18	131,55	877,15	212,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Салат из свеклы с чесноком	№22 С.р. 200	100	1,46	10,09	8,51	130,55	22,15
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	38,64
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл№4,№29	180	10,20	7,10	44,30	286,00	33,14
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	78,62
Хлеб пшеничный	порционно	23	1,61	0,23	11,27	54,05	4,62
Хлеб ржаной	порционно	20	1,53	0,20	10,20	48,90	4,18
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Батончик Виталад "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	18,00
Итого за прием		898	28,55	34,27	130,83	945,50	212,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/

Согласовано:
Директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 4"



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества

Е.А. Завьялова

МЕНЮ
ОБЕД (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)(2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 19.05.2025г.-26.05.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Понедельник 19.05.2025г. (2 неделя 1 день)							
Огурец солёный порционно		100	0,80	0,10	1,70	12,00	64,10
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	38,64
Макаронные изделия отварные	№332,516	180	6,60	4,70	40,00	233,00	27,43
Котлета или биточек мясной с соусом томатным	№454,587	100	7,80	6,40	6,90	117,00	81,30
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	6,27
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,00	73,35	6,26
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	34,00
Итого за прием		900	22,20	17,70	123,20	751,85	258,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Огурец свежий порционно	ст 70-71	100	0,80	0,10	2,50	14,00	68,25
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	27,28
Пельмени с мясом отварные из п/ф с маслом сливочным	№718	201	20,96	17,75	40,85	424,31	134,68
Хлеб пшеничный	порционно	38	2,66	0,38	18,61	89,30	7,89
Хлеб ржаной	порционно	30	2,30	0,30	15,00	73,35	6,27
Напиток яблочный	№701	200	0,08	0,08	8,94	41,50	13,63
Итого за прием		819	32,40	22,71	103,70	774,46	258,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Икра кабачковая	порционно	100	1,20	4,70	7,70	78,00	31,00
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	№ 124	260	2,00	5,10	8,70	90,00	36,18
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	49,80
Котлеты или биточки рыбные (из минтая)	№388	100	12,56	3,00	8,90	106,00	64,57
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	161	0,25	0,25	5,72	29,82	53,34
Итого за прием		1051	24,77	19,15	115,42	723,70	258,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Салат из свежих помидоров	№19	100	0,95	20,14	3,96	198,00	57,57
Суп картофельный с клецками	сб.р.Мог. № 85	250	2,10	3,40	12,10	87,00	24,68
Рис припущенный с маслом сливочным	№512	180	4,20	5,70	41,70	239,00	35,75
Тефтели (1 вариант)	№461	100	8,30	11,20	9,40	172,00	89,44
Хлеб пшеничный	порционно	27	1,89	0,27	13,23	63,45	5,68
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Компот из кураги	№ 638	200	0,98	0,05	23,81	121,40	21,65
Батончик Виталад "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	18,00
Итого за прием		897	21,08	42,36	128,20	1001,98	258,00
Пятница 23.05.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	100	1,20	10,00	7,10	124,00	36,54
Суп картофельный с макаронными изделиями	№ 140	250	2,70	2,60	18,90	111,00	31,00
Жаркое по-домашнему	№ 436	200	13,00	14,30	22,80	275,00	144,36
Хлеб пшеничный	порционно	30	2,10	0,30	14,70	70,50	6,27
Хлеб ржаной	порционно	28	2,14	0,28	14,28	68,46	5,83
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	34,00
Итого за приём		808	21,74	27,88	110,38	788,96	258,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Салат из свежих помидоров и огурцов(без лука)	№20	100	0,80	19,70	3,10	193,00	63,79
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	38,64
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл.№4,№297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	33,14
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	78,62
Хлеб пшеничный	порционно	26	1,82	0,26	12,74	61,10	5,45
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Компот "Клубничка"(из замороженной клубники)	ТТК №36	200	0,30	0,10	20,90	83,00	25,18
Кондитерское изделие (сушки)	порционно	25	2,68	0,30	17,80	85,00	7,95
Итого за приём		916	29,71	42,91	129,39	1025,23	258,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества
Е.А. Завьялова

МЕНЮ
ОБЕД

(ДЛЯ ДЕТЕЙ НУЖДАЮЩИХСЯ В ДИЕТИЧЕСКОМ ПИТАНИИ-САХАРНЫЙ ДИАБЕТ, СТОЛ №. 9)
С 7-11 ЛЕТ, С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)
С 19.05.2025г.-26.05.2025г.

Наименование блюда		Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Понедельник 19.05.2025г. (2 неделя 1 день)							
Огурец свежий порционно	ст 70-71	100	0,80	0,10	2,50	14,00	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной (без сахара)	№ 110	260	2,10	6,30	10,50	94,00	
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл.№4,№29	180	10,20	7,10	44,30	286,00	
Котлета или биточек мясной с соусом томатным (без сахара)	№454,587	100	7,80	6,40	6,90	117,00	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Сок томатный,вырабатываемый промышленностью в индивидуальной упаковке	№ 707	200	2,00	0,20	5,60	36,00	
Итого за прием		890	26,36	20,55	92,88	657,65	258,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Огурец свежий порционно	ст 70-71	100	0,80	0,10	2,50	14,00	
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	
Каша перловая рассыпчатая	табл.№4,№29	180	4,70	6,50	33,30	214,00	
Мясо отварное	№411	100	27,00	19,50	0,00	285,00	
с маслом сливочным		5	0,03	3,63	0,04	32,95	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Напиток яблочный (без сахара)	№701	200	0,08	0,08	3,14	33,08	
Итого за прием		885	41,67	34,36	79,86	821,68	258,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Огурец свежий порционно	ст 70-71	100	0,80	0,10	2,50	14,00	
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	№ 124	260	2,00	5,10	8,70	90,00	
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	
Котлеты или биточки рыбные (из минтая)	№388	100	12,56	3,00	8,90	106,00	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	№639	200	1,00	0,10	10,20	70,00	
Фрукт (яблоко) свежий		150	0,60	0,60	13,50	70,50	
Итого за прием		1040	24,52	14,85	98,78	651,15	258,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Салат из свежих помидоров	№19	100	0,95	20,14	3,96	198,00	
Суп любительский	№93, сб.р. 200	250	5,90	2,60	25,30	149,00	
Каша перловая рассыпчатая	табл.№4,№29	180	4,70	6,50	33,30	214,00	
Тефтели (1 вариант)	№461	100	8,30	11,20	9,40	172,00	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Компот из кураги (без сахара)	№638	200	1,04	0,06	10,20	57,56	
Итого за прием		880	24,35	40,95	105,24	901,21	258,00
Пятница 23.05.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	100	1,20	10,00	7,10	124,00	
Суп любительский	№93, сб.р. 200	250	5,90	2,60	25,30	149,00	
Жаркое по-домашнему	№ 436	200	13,00	14,30	22,80	275,00	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Сок томатный,вырабатываемый промышленностью в индивидуальной упаковке	№ 707	200	2,00	0,20	5,60	36,00	
Итого за прием		800	25,56	27,55	83,88	694,65	258,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Салат из свежих помидоров и огурцов(без лука)	№20	100	0,80	19,70	3,10	193,00	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной (без сахара)	№ 110	260	2,10	6,30	10,50	94,00	
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл.№4,№29	180	10,20	7,10	44,30	286,00	
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе (без сахара)	№471	100	10,00	9,70	5,50	150,00	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Компот "Клубничка"(из замороженной клубники) (без сахара)	ТТК №36	200	0,30	0,10	2,70	14,00	
Итого за прием		890	26,86	43,35	89,18	847,65	258,00

Согласовано:
Директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 4"
О.Я. Саютина

Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества
Е.А. Завьялова

МЕНЮ ОБЕД

(ДЛЯ ДЕТЕЙ НУЖДАЮЩИХСЯ В ЛЕЧЕБНОМ ПИТАНИИ-ЦЕЛИАКИЯ)

С 7-11 ЛЕТ, С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)

С 19.05.2025г.-26.05.2025г.

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Понедельник 19.05.2025г. (2 неделя 1 день)							
Помидор свежий порционно	стр 70-71	100	1,10	0,20	3,70	23,00	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной (без томатной пасты)	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл№4,№297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	
Мясо отварное	№411	100	27,00	19,50	0,00	285,00	
Хлебец безглютеновый	порционно	10	1,20	0,30	5,20	32,00	
Сок(нектар)вырабатываемый промышленностью	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	
Итого за прием		850	42,10	33,00	98,10	872,00	258,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Огурец свежий порционно	ст 70-71	100	0,80	0,10	2,50	14,00	
Суп картофельный с бобовыми(горохом)	№139	250	5,60	4,10	17,80	132,00	
Каша перловая рассыпчатая	табл№4,№297	180	4,70	6,50	33,30	214,00	
Мясо отварное	№411	100	27,00	19,50	0,00	285,00	
Хлебец безглютеновый	порционно	10	1,20	0,30	5,20	32,00	
Напиток яблочный	№701	200	0,08	0,08	8,94	41,50	
Итого за прием		840	39,38	30,58	67,74	718,50	258,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Огурец свежий порционно	ст 70-71	100	0,80	0,10	2,50	14,00	
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной (без томатной пасты)	№ 124	260	2,00	5,10	8,70	90,00	
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	26,90	190,00	
Котлеты или биточки рыбные (из минтая)	№388	100	12,56	3,00	8,90	106,00	
Хлебец безглютеновый	порционно	10	1,20	0,30	5,20	32,00	
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	
Фрукт (яблоко) свежий		150	0,60	0,60	13,50	70,50	
Итого за прием		1000	22,26	14,70	93,20	612,50	258,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Салат из свежих помидоров	№19	100	0,95	20,14	3,96	198,00	
Суп любительский	№93, сб.р. 2008г	250	5,90	2,60	25,30	149,00	
Каша перловая рассыпчатая	табл№4,№297	180	4,70	6,50	33,30	214,00	
Тефтели (2 вариант) с рисом	№462	100	12,80	18,80	12,10	269,00	
Хлебец безглютеновый	порционно	10	1,20	0,30	5,20	32,00	
Компот из кураги	№ 638	200	0,98	0,05	23,81	121,40	
Итого за прием		840	26,53	48,39	103,67	983,40	258,00
Пятница 23.05.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Винегрет овощной (с маслом растительным)	№71	100	1,20	10,00	7,10	124,00	
Суп любительский	№93, сб.р. 2008г	250	5,90	2,60	25,30	149,00	
Жаркое по-домашнему (без томатной пасты)	№ 436	200	13,00	14,30	22,80	275,00	
Хлебец безглютеновый	порционно	10	1,20	0,30	5,20	32,00	
Сок(нектар)вырабатываемый промышленностью	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	
Итого за прием		760	21,90	27,60	93,00	720,00	258,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Салат из свежих помидоров и огурцов(без лука)	№20	100	0,80	19,70	3,10	193,00	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной (без томатной пасты)	№ 110	260	2,00	5,50	12,30	106,00	
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл№4,№297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	
Биштекс рубленный	№448	100	23,20	17,80	0,00	253,00	
Хлебец безглютеновый	порционно	10	1,20	0,30	5,20	32,00	
Компот "Клубничка"(из замороженной клубники)	ТТК №36	200	0,30	0,10	20,90	83,00	
Итого за прием		850	37,70	50,50	85,80	953,00	258,00

Согласовано:
Директор МБОУ
"Лянторская СОШ № 4"



Утверждаю:
председатель правления
территориального
потребительского общества



МЕНЮ
ПОЛДНИК (2 вариант)
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
С 19.05.2025г.-26.05.2025г.

Наименование блюда		Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводь		
Понедельник 19.05.2025г. (2 неделя 1 день)							
Ватрушка с творогом	№299, сб.р. 20	60	8,60	5,00	24,10	177,00	52,78
Молочный коктейль		200	5,80	2,00	9,40	120,00	70,00
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	149	1,20	0,28	11,20	56,62	49,22
Итого за приём		409	15,60	7,28	44,70	353,62	172,00
Вторник 20.05.2025г. (2 неделя 2 день п/п)							
Котлета с булочкой Домашней	ТТК №30	160	22,20	12,30	40,00	364,00	119,86
с огурцом солёным и сыром (Чикенбургер)							
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,14
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	44,00
в индивидуальной упаковке							
Итого за приём		560	23,04	12,75	86,45	531,60	172,00
Среда 21.05.2025г. (2 неделя 3 день п/п)							
Кекс "Творожный"	№794	100	9,20	16,20	28,75	221,00	93,86
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,14
Имунеле с витаминами D3, B6 + лактобактерии	порционно	100	2,50	2,50	11,50	79,00	52,00
Батончик Виталад "Готовый завтрак овсянка с фруктами"	порционно	15	0,75	1,35	11,25	60,00	18,00
Итого за приём		415	12,69	20,10	65,35	387,60	172,00
Четверг 22.05.2025г. (2 неделя 4 день п/п)							
Булочка Домашняя	№282, сб.р. 200	60	4,40	7,10	34,00	218,00	29,99
Какао"Витошка"(витаминизированный)	№ 503 Сб.р.20	200	3,90	3,10	25,16	145,00	40,29
витамины А,В1,С,Е,Fe; миниральные-ва Са,Mg							
Фрукт (банан) свежий	порционно	248	3,73	1,25	47,12	238,08	101,72
Итого за приём		508	12,03	11,45	106,28	601,08	172,00
Пятница 23.05.2025г. (2 неделя 5 день п/п)							
Блинчик со сгущенным молоком п/ф	ТК №27	59	4,25	7,08	20,36	169,92	53,50
Кисель "Витошка" витаминизированный	ТК№38	200	0,00	0,00	24,00	95,00	37,50
(А, Е, D3, С, В1, В2, В6, В12,K1)							
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно	№ 707	200	0,60	0,40	32,60	140,00	44,00
в индивидуальной упаковке							
Кондитерское изделие (печенье в индивидуальной	порционно	28	1,10	5,10	35,00	124,60	37,00
Итого за приём		487	5,95	12,58	111,96	529,52	172,00
Понедельник 26.05.2025г. (1 неделя 1 день п/п)							
Булочка Домашняя	№282, сб.р. 200	60	4,40	7,10	34,00	218,00	29,99
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно	№ 707	200	0,60	0,40	20,00	80,00	44,00
в индивидуальной упаковке							
Фрукт (мандарин) свежий	порционно	168	1,35	0,32	12,63	63,84	98,01
Итого за приём		428	6,35	7,82	66,63	361,84	172,00

Технолог:

/ В. А. Лебедева/