

Гусева
Людмила
Сергеевна

Сметанчик Людмила Сергеевна
ОИЗ с. Заплавное, ГБОУ ООШ
с. Заплавное, с/п.б.у.с.в.п.с.
Сметанчик Людмила Сергеевна
ОИЗ с. Заплавное, ГБОУ ООШ
с. Заплавное, с/п.б.у.с.в.п.с.
Дата: 28.10.2024 10:13:43
Файл: 28.10.2024 10:13:43

Утверждаю:
ГБОУ ООШ с. Заплавное
Л.С.Гусева

ГБОУ ООШ с. Заплавное

МЕНЮ
28 октября 2024 год

| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр | Энерг. цен Ккал |
|----------------------------|---|----------|--------------------|
| ЗАВТРАК | | | |
| 3.1 | Каша пшеничная молочная жидкая. | 170 | 184,38 |
| 7.1 | Какао на молоке | 200 | 212,83 |
| 6.6 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,5 |
| | Итого | | |
| ОБЕД | | | |
| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр | Энерг. цен Ккал |
| 1.4 | Щи с курицей, со сметаной | 180 | 205,78 |
| 2.5 | Суфле рыбное | 130 | 211,19 |
| 2.6 | Тушеная свекла | 70 | 107,98 |
| 5.7 | Компот суф-тов + С витаминизация | 180 | 101,7 |
| 26 | Компот суф-тов | 160 | 41,11 |
| 6.6 | Хлеб пшеничный | 20 | 47,0 |
| 6.7 | Хлеб ржаной | 50 | 80,0 |
| | Итого | | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | |
| 2.18 | Картофель тушеный в молоке | 140 | 199,32 |
| 5.4 | Чай с сахаром | 180 | 50,4 |
| 6.6 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,5 |
| 4.1 | Булочка дорожная | 60 | 217,20 |
| | Итого | | |

Утверждаю:
ГБОУ ООШ с. Заплавное
Л.С. Гусева

ГБОУ ООШ с. Заплавное

МЕНЮ
29 октября 2024 год

| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр | Энер цен Ккал |
|----------------------------|--|----------|------------------|
| ЗАВТРАК | | | |
| 4.2 | Омлет натуральный | 110 | 159,78 |
| 5.4 | Чай с сахаром | 200 | 50,4 |
| 6.2 | Бутерброд с маслом | 60 | 181,33 |
| Итого | | | |
| 105 | Фрукты | 100 | 47 |
| ОБЕД | | | |
| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр | Энер цен Ккал |
| 1.2 | Суп картофельный с рыбой | 180 | 149,12 |
| 2.16 | Гуляш из курицы | 70 | 187,32 |
| 2.3 | Отварные макаронные изделия | 130 | 217,44 |
| 5.10 | Компот из свежих яблок | 180 | 107,9 |
| 6.6 | Хлеб пшеничный | 20 | 47,0 |
| 6.7 | Хлеб ржаной | 50 | 87,0 |
| Итого | | | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | |
| 3.2 | Каша геркулесовая молочная жидкая | 160 | 194,59 |
| 5.3 | Кофейный напиток | 200 | 212,22 |
| 6.6 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,5 |
| Итого | | | |

Утверждаю:
ГБОУ ООШ с. Заплавное
Л.С. Гусева

ГБОУ ООШ с. Заплавное

МЕНЮ
30 октября 2024 год

| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр | Энерг цен Ккал |
|----------------------------|------------------------------------|----------|-------------------|
| ЗАВТРАК | | | |
| 3.3 | Каша рисовая | 160 | 249,05 |
| 7.1 | Какао с молоком | 180 | 236,83 |
| 6.6 | Хлеб пшеничный | 40 | 94 |
| Итого | | | |
| 105 | Фрукты | 100 | 47 |
| ОБЕД | | | |
| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр | Энерг цен Ккал |
| 1.3 | Суп гороховый с курицей | 180 | 221,69 |
| 2.4 | Картофель тушеный с курицей | 200 | 327,24 |
| 5.9 | Лимонный напиток | 180 | 0,54 |
| 6.6 | Хлеб пшеничный | 40 | 94 |
| 6.7 | Хлеб ржаной | 50 | 87,0 |
| Итого | | | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | |
| 4.6 | Лапшевник с творогом | 160 | 380,15 |
| 5.4 | Чай с сахаром | 200 | 56,4 |
| Итого | | | |

ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ
31 октября 2024 год

| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр | Энер цен Ккал |
|----------------------------|---|----------|------------------|
| ЗАВТРАК | | | |
| 3.1 | Суп молочный с пшеном | 140 | 162,5 |
| 20 | Кофейный напиток на молоке | 180 | 191,0 |
| 6.6 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,5 |
| 6.4 | Бутерброд с маслом | 60 | 211,10 |
| | Итого | | |
| Фрукты | | | |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | |
| 80 | Кисломолочный продукт | 141 | 74,73 |
| ОБЕД | | | |
| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр | Энер цен Ккал |
| 1.13 | Суп вермишелевый с курицей, со сметаной. | 180 | 211,68 |
| 2.17 | Перловая каша с курицей, с овощами | 200 | 218,78 |
| 5.17 | Компот из сухофруктов+С витаминизация | 180 | 101,7 |
| 6.6 | Хлеб пшеничный | 20 | 47,0 |
| 6.7 | Хлеб ржаной | 50 | 87 |
| | Итого | | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | |
| 217 | Овощи тушеные | 140 | 130,91 |
| 5.4 | Чай с сахаром | 200 | 50,4 |
| 6.6 | Хлеб пшеничный | 30 | 70,5 |
| 4.4 | Рогалик | 60 | 217,56 |
| | Итого | | |

Утверждаю:
ГБОУ ООШ с.Заплавное
Л.С.Гусева

ГБОУ СОШ с. Заплавное

МЕНЮ
01 ноября 2024 год

| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр | Энер цен Ккал |
|----------------------------|---|----------|------------------|
| ЗАВТРАК | | | |
| 3.4 | Каша гречневая молочная жидкая | 180 | 200,15 |
| 507 | Какао на молоке | 200 | 113,34 |
| 85 | Хлеб с маслом | 50 | 47 |
| | Итого | | |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | |
| 80 | Кисломолочный продукт | 140 | 74,73 |
| ОБЕД | | | |
| № рецептур | Наименование блюда | Выход гр | Энер цен Ккал |
| 5 | Суп с клецками, с курицей, со сметаной | 144 | 156,6 |
| 42 | Клецки | 36 | 108,22 |
| 72 | Ленивые голубцы с курицей | 200 | 287,4 |
| 526 | Компот из свежих фруктов | 180 | 41,11 |
| 299 | Хлеб пшеничный | 40 | 80,04 |
| 299 | Хлеб ржаной | 50 | 87,00 |
| | Итого | | |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | |
| 42 | Творожная запеканка с маслом | 170 | 195,62 |
| 507 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 68,96 |
| 299 | Хлеб | 47 | 100,39 |
| | Итого | | |