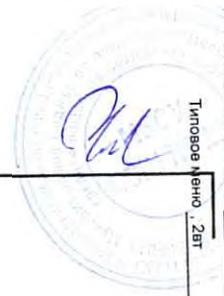


Утверждаю:
 Директор школы МБОУ СОШ №19 Е.А.Четырева



Меню-требуемое на выдачу продуктов питания № 00-698
 на 12 апреля 2022
 Учреждение МБОУ СОШ № 19
 Турное подразделение МБОУ СОШ № 19
 Ответственное лицо

Десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

День: первый
 сезон :весна-лето
 Возрастная категория: 7-10 лет

№ Рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Б	Ж	У	
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
Завтрак						
54-5к-2020	Каша вязкая молочная рисовая	210	7,3	10,7	44,2	216
54-3гн-2020	Чай с молоком	200	0,2	0	6,6	125,11
Пром.						
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0	11,9	58,7
54-19з-2020	Масло сливочное (порционно)	10	0	8,2	0	74,8
	Итого Завтрак		9,5	19,4	62,7	474,61
Обед						
54-4с-2020	Рассольник Ленинградский	200	4,7	6,2	13,6	129,4
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9
54-18м-2020	Бефстроганов	100	12	12,5	1,9	210,2
	Чай с лимоном и сахаром	200	1	0	9	40
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	2,8	117,4
Пром.	Фрукт	195	3	0	43,65	186,45
	Итого Обед		32,9	26,3	106,85	922,35
						0
						0
			0	0	0	0
	Итого за день		42,4	45,7	169,55	1396,96

Форма по ОКУД 0504/202
 Дата 12.04.22
 по ОКТО

КОЛЫ

День:третий

Утверждаю:
 Директор школы МБОУ СОШ №19 Е.А.Четырева



№ Рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Б	Ж	У	
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
Завтрак						
54-10к-2020	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,8	12,8	40,1	285
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,7	4,3	12,4	125,11
54-1з-2020	Сыр твердый сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
54-19з-2020	Масло сливочное (порционно)	10	0	8,2	0	74,8
Итого Завтрак			19	30,1	64,4	597,31
Обед						
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	2,8	117,4
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	80	1	6,1	5,8	108,7
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-1г-2020	Макаронны отварные	150	5,3	5,5	32,8	202
54-5м-2020	Котлета из курицы	75	14,3	3,3	10	127,1
54-3соус-2020	Соус красный основной	33	1,6	1,4	4,4	24
	Напиток из шиповника	200	1,3	0	19,6	80
Итого Обед			34,2	21,6	91,7	792,3
Итого за день						
			0	0	0	0
			0	0	0	0
			0	0	0	0
Итого за день			53,2	51,7	156,1	1389,61

День четвертый

Утверждаю:
 Директор школы МБОУ СОШ №19 Е.А.Четырева



№ Рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции, г	Химический состав			Энергети ческая ценность, ккал
			Б	Ж	У	
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
Завтрак						
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
54-13к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,1	10,8	38,5	283,4
54-6гн-2020	Кофейный напиток	200	0,3	0,1	7,2	155,2
54-1з-2020	Сыр твердый сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-19з-2020	Масло сливочное (порционно)	10	0	8,2	0	74,8
	Итого Завтрак		13,9	23,9	57,6	625,8
Обед						
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	2,8	117,4
54-1с-2020	Щи из свеж.капусты со сметаной	200	4,6	6,1	5,7	96,1
54-11г-2020	Пюре	150	8,2	6,9	35,9	145,8
54-21м 2020	курица отв.	80	38,6	2,8	1,4	123,9
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	40
54-3соус-2020	Соус красный основной	33	1,6	1,4	4,4	24
	Итого Обед	723	57,2	17,9	56,6	547,2
						0
						0
			0	0	0	0
			71,1	41,8	114,2	1173
	Итого за день					

День: пятый

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ №19 Е.А.Четырева



№ Рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции, г	Химический состав			Энергети ческая ценность, ккал
			Б	Ж	У	
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
Завтрак						
54-10в-2020	Булочка школьная	60	4,7	4,5	32,3	188
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	40
54-4о-2020	Каша гречневая мол.	200	19	26,6	2,9	184,4
54-1з-2020	Сыр твердый сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-19з-2020	Масло сливочное (порционно)	10	0	8,2	0	74,8
	Итого Завтрак		29,4	44,1	53,5	599,6
Обед						
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	2,8	117,4
54-2с-2020	Борщ с капустой м картофелем со сметаной	200	4,7	6,1	10,1	114,3
54-18м-2020	Бефстроганов	100	12	12,5	1,9	210,2
54-2хн-2020	Компот из сухофруктов	200	1	0,1	15,6	196,38
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9
Пром.	Фрукт	195	3	0	43,65	186,45
	Итого Обед		32,9	26,3	109,95	1063,63
						0
			0	0	0	0
	Итого за день		62,3	70,4	163,45	1663,23

День восьмой

Утверждаю:
Директор школы МБОУ СОШ №19 Е.А.Четырева



№ Рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Б	Ж	У	
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
Завтрак						
183-2011	Каша вязкая молочная пшеничная	250	10,4	14,6	46,9	360
54-6к-2020	Какао с молоком	200	4,7	4,3	00.январь	125,11
54-1з-2020	Сыр твердый сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
54-19з-2020	Масло сливочное (порционно)	10	0	8,2	0	74,8
Итого Завтрак			20,6	31,9	27.фев	672,31
Обед						
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	2,8	117,4
157	Горошек зел.	105	3	3,8	5,3	33,5
116-2018	Суп картофельный	200	4,7	6,1	10,1	80,6
54-1г-2020	Макаронны отварные	150	5,3	5,5	32,8	202
54-5м-2020	Котлета из курицы	75		3,3	10	127,1
54-1соус-2020	Соус сметанный	33	0,7	4,2	1,6	31,63
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	40
Итого Обед			17.январь	23,6	69	632,23
Итого за день						
			23.январь	55,5	06.май	1304,54

День: седьмой

Утверждаю:
 Директор школы МБОУ СОШ №19 Е.А.Четырева



№ Рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Б	Ж	У	
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
Завтрак						
			0,2	0,1	6,6	40
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	19,3	3,1	237,3
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	8,2	0	74,8
54-19з-2020	Масло сливочное (порционно)	10	0	4,4	0	53,7
54-1з-2020	Сыр твердый сортов в нарезке	15	3,5	4,4	32,3	188
54-10в-2020	Булочка школьная	60	4,7	4,5	53,9	652,5
	Итого Завтрак		23,1	36,9		
Обед						
					16,3	133,1
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6	36,4	208,7
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	13,5	3,1	188,9
54-2м-2020	Гуляш	80	13,5	0,7	2,8	117,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,1	14,8	60
54-21хн-2020	Кисель	200	0,1	0,1	43,65	186,45
Пром.	Фрукт	195	3	0	32,3	188
54-10в-2020	Булочка школьная	60	4,7	4,5		
	Итого Обед		35,6	28,8	149,35	1082,55

День: шестой

Утверждаю:
 Директор школы МБОУ СОШ №19 Е.А.Четырева



№ Рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
			Б	Ж	У		
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	
			Завтрак				
54-6гн-2020	Кофейный напиток	200	0,3	0,1	7,2	155,2	
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	
54-1з-2020	Сыр твердый сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7	
54-6к-2020	каша "ДРУЖБА"	200	8,3	11,6	37,5	288	
54-19з-2020	Масло сливочное (порционно)	10	0	8,2	0	74,8	
					56,6	630,4	
Итого Завтрак			14,1	24,7			
			Обед				
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	2,8	117,4	
54-4с-2020	Рассольник Ленинградский	200	4,7	6,2	13,6	129,4	
54-11м-2020	Плов	200	15,2	15,4	38,6	354,4	
					9	40	
					5,8	108,7	
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	80	1	6,1			
Итого Обед			740	25,9	28,4	69,8	749,9
						0	
					0	0	
			0	0	126,4	1380,3	
Итого за день			40	53,1			

День: девятый

Утверждаю:
 Директор школы МБОУ СОШ №19 Е.А.Четырева



№ Рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции, г	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Б	Ж	У	
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
Завтрак						
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
54-5к-2020	Каша вязкая молочная рисовая	210	10,4	14,6	46,9	216
54-1з-2020	Сыр твердый сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
379-2011	Кофейный напиток	200	0,3	0,1	7,2	155,2
54-19з-2020	Масло сливочное (порционно)	10	0	8,2	0	74,8
Итого Завтрак			16,2	27,7	58,8	558,4
Обед						
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	2,8	117,4
54-10в-2020	Булочка школьная	60	4,7	4,5	32,3	188
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	6,1	10,1	114,3
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-18м-2020	тефтели с рисом	60	12	12,5	1,9	133,6
54-3соус-2020	Соус красный основной	33	1,6	1,4	4,4	24,36
Пром.	Напиток из шиповника	200	1,3	0	19,6	80
Пром.	Фрукт	195	3	0	43,65	186,45
Итого Обед			32,8	31,3	134,55	989,91
Итого за день						
			49	59	193,35	1548,31

