

Меню (1 день)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»
Директор *Лавренова С.Е.*
13 января 2025 года.

на 13 января 2025 года.

Меню

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня.

№ рецептур ы	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
б/н	Икра кабачковая	60	0,6	2,9	3,2	41,6
102	Суп картофельный с бобовыми (на курином бульоне)	200	4,4	4,22	13,22	123
255	Печень по-строгановски 50/40	90	11,93	10,1	3,17	166,5
304	Рис отварной	150	3,75	5,37	36,75	209,7
388	Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	18,68	79,38
б/н	Батон нарезной	20	1,5	0,58	10,18	52,8
б/н	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		730	25,34	24,41	97,95	750,68

Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня

№ рецептур ы	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
б/н	Икра кабачковая	100	1	4,8	5,3	69,3
102	Суп картофельный с бобовыми (на курином бульоне)	250	5,5	5,27	16,53	148,25
309	Рис отварной	180	4,38	6,44	44,02	251,64
255	Печень по-строгановски (50/50)	100	13,26	11,23	3,52	185
388	Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	18,68	79,38
б/н	Батон нарезной	20	1,5	0,58	10,18	52,8
б/н	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		860	28,8	29,56	110,98	864,07

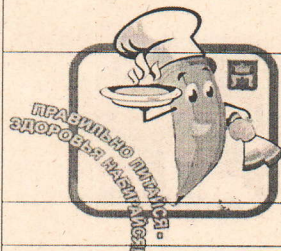
Стоимость питания: обед 1-4 кл. (ТЖС) – 70,38 руб., обед 5-11 кл 70,38 руб., ГПД, ОВЗ – 70,38 руб.

Основание: Контракт (договор) – г. Конаково

Руководитель: *Лавренова С.Е.* Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: *Лавренова С.Е.* Лавренова С.Е.

Заведующий
производством (Шеф повар)



Меню (2день)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»
Директор *Лавренова*
14 января 2025 года.

на 14 января 2025 года.

Меню

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня

№ рецепту ры	Приём пищи, наименование блюда	Мас са пор ции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,85	3,61	4,96	55,68
88	Ши из свежей капусты с картофелем (на курином бульоне)	200	1,43	3,97	6,34	79,6
294	Котлета рубленая из птицы(60/30) с соусом	90	7,6	8,87	9,32	147,6
312	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,45	137,25
349	Компот из сухофруктов	180	0,07	0,07	28,8	119,52
б/н	Батон нарезной	20	1,5	0,58	10,18	52,8
б/н	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
	Соль йодированная					
ИТОГО:		730	17,06	22,89	92,80	670,15

Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня

№ рецепту ры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
52	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,41	6,01	8,26	92,8
88	Ши из св. капусты с картофелем (на курином бульоне)	250	1,77	4,95	7,9	89,75
294	Котлеты рубленые из мяса птицы с соусом 60/40 с соусом	100	8,45	9,85	10,36	164
312	Картофельное пюре	180	3,7	5,76	24,53	164,7
349	Компот из сухофруктов	200	0,65	0,08	32,8	132,8
б/н	Батон нарезной	20	1,5	0,58	10,18	52,8
б/н	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		880	20,03	28,22	106,78	774,55

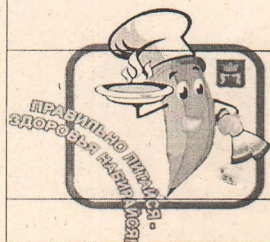
Стоимость питания: обед 1-4 кл. (ТЖС)–70,38 руб., обед 5-11 кл 70,38 руб., ГПД, ОВЗ –70,38 руб,

Основание: Контракт (договор) – г. Конаково

Руководитель: *Лавренова* Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: *Лавренова* Лавренова С.Е.

Заведующий
производством (Шеф повар)



Меню (Здень)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»
Директор *МБОУ СОШ № 3 пос. Дегуши*
15 января 2025 года

на 15 января 2025 года.

Меню

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
47	Салат из (квашеной капусты)	60	1,03	3	5,08	51,42
103	Суп картофельный с вермишелью (на курином бульоне)	200	2,16	2,28	13,96	94,6
256	Мясо тушеное (свинина) 50/50	100	15,2	17,38	2,57	225
309	Макароны отварные	150	5,6	4,51	26,51	168,45
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,38	104,94
б/н	Батон нарезной	20	1,5	0,58	10,18	52,8
б/н	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		740	28,18	28,88	96,43	774,91

Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
47	Салат из квашеной капусты	100	1,7	5	8,5	85,7
103	Суп картофельный с вермишелью (на курином бульоне)	250	2,7	2,85	17,45	118,25
256	Мясо тушеное (свинина) 60/50	110	16,72	19,14	2,86	247,5
309	Макароны отварные	180	6,6	5,4	31,7	202,1
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,38	104,94
б/н	Батон нарезной	20	1,5	0,58	10,18	52,8
б/н	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		870	31,91	34,1	108,82	888,99

Стоимость питания: обед 1-4 кл. (ТЖС) – 70,38 руб., обед 5-11 кл 70,38 руб., ГПД, ОВЗ – 70,38 руб,

Основание: Контракт (договор) – г. Конаково

Руководитель:

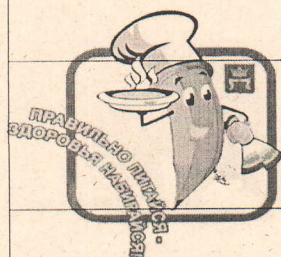
Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер:

Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий

производством (Шеф повар)



Меню (4день)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»
Директор *М.В. Савинова*
16 января 2025 года

на 16 января 2025 года.

Меню

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
67	Винегрет овощной	60	0,83	6,01	3,93	73,2
99	Суп овощной с фрикадельками (на курином бульоне)	230	4,3	2,1	9,5	108,55
234	Котлеты рыбные (50/40)	90	8,15	7,15	10,16	137,25
312	Картофельное пюре	180	3,69	5,76	24,53	164,7
377	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	13,7	55,86
б/н	Батон нарезной	20	1,5	0,58	10,18	52,8
б/н	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
	Соль йодированная					
ИТОГО:		810	21,15	22,6	84,66	670,06

Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
67	Винегрет овощной	100	1,4	10,1	6,6	122
99	Суп овощной с фрикадельками (на курином бульоне)	250	6,27	4,68	11,75	114,25
234	Котлета рыбная (60/40)	100	9,05	7,95	11,29	152,5
312	Картофельное пюре	180	3,69	5,76	24,53	164,7
377	Чай с сахаром и лимоном	200	0,13	0,02	13,7	55,86
б/н	Батон нарезной	20	1,5	0,58	10,18	52,8
б/н	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		880	24,59	30,08	90,8	739,81

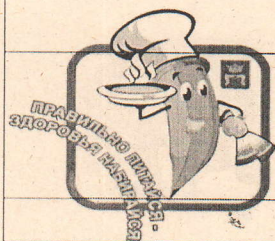
Стоимость питания: обед 1-4 кл. (ТЖС) – 70,38 руб., обед 5-11 кл 70,38 руб., ГПД, ОВЗ – 70,38 руб.

Основание: Контракт (договор) – г. Конаково

Руководитель: *Лавренова* Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: *Лавренова* Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф-повар) _____



Меню (5день)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»
Директор *Лавренова С.Е.*
17 января 2025 года

на 17 января 2025 года.

Меню

Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня

№ рецепту ры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическа я ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
55	Салат из свеклы с зел. горошком(консервированный) и сол.огурцом	60	0,99	2,47	4,37	43,74
84	Борщ с картофелем, фасолью (на курином бульоне)	200	2,84	4,12	11,34	102,24
291	Плов из мяса птицы	200	16,94	10,46	35,74	305,34
342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	28,2	116,6
б/н	Батон нарезной	20	1,5	0,58	10,18	52,8
б/н	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		710	25,02	18,82	102,58	698,42

Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня

№ рецепту ры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
55	Салат из свеклы с зел. горошком(консервированный) и сол.огурцом	100	1,65	4,12	7,29	72,9
84	Борщ с картофелем, фасолью (на курином бульоне)	250	3,55	5,13	14,17	127,8
291	Плов из мяса птицы	220	18,63	11,51	39,31	335,87
342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	28,2	116,6
б/н	Батон нарезной	20	1,5	0,58	10,18	52,8
б/н	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		820	28,08	22,53	111,9	783,67

Стоимость питания: обед 1-4 кл. (ТЖС) – 70,38 руб., обед 5-11 кл 70,38 руб., ГПД, ОВЗ – 70,38 руб.

Основание: Контракт (договор) – г. Конаково

Руководитель: *Лавренова* Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: *Лавренова* Лавренова С.Е.

Заведующий
производством (Шеф повар)