

Утверждаю

Директор МБОУ средняя школа № 4

Звонарева Е.Г.

Директор ООО "Нежность"

Надежин С.В.

М Е Н Ю

группы продленного дня на 2024 год

стоимость питания 85 (восемьдесят пять) рублей 00 копеек

Первая неделя

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. Ценн Ккаал
Понедельник						
Обед						
187	Щи из свежей капусты на мясном.бульоне.	200	13,75	7,25	20,40	214,00
366	Сосиска отварная	60	8,32	16,00	16,96	179,20
322	Вермишель отварная,масло сливочное	150/5	7,46	5,61	35,84	230,45
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40
	Итого		33,25	29,58	109,32	796,05
Полдник						
	Булка " Веснушка"	50	2,30	1,10	15,90	81,60
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0,00	13,90	55,96
	Итого		2,34	1,10	29,80	137,56
Вторник						
Обед						
131	Рассольник домашний на курином бульоне	200	4,72	5,56	18,17	140,34
322	Рожки отварные	150	7,46	5,61	35,84	230,45
260	Гуляш из мяса кур	40/50	8,32	6,50	37,80	219,00
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0	13,9	55,96
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40
	Итого		23,26	18,19	121,63	726,15
Полдник						
	Печенье	2шт	4,50	1,30	47,00	198,00
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0,00	13,90	55,96
	Итого		4,54	1,30	60,90	253,96
Среда						
Обед						
101	Суп картофельный с макар изд на кур.буль.	200	4,72	5,56	18,17	140,34
498	Котлета куриная рубленая	50	8,51	10,72	9,76	169,57
520	Греча отварная,масло сливочное.	150/5	7,46	5,61	35,84	230,45
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0,00	13,90	55,96
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40
	Итого		23,45	22,41	93,59	676,72
Полдник						
	Кондитерское изделие	35	3,60	5,70	7,40	95,00
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0,00	13,90	55,96
	Итого		23,39	44,37	55,08	734,56

Четверг						
Обед						
270	Суп рыбный	200	7,21	4,15	13,35	111,94
413	Колбаса отварная	50	7,32	12,68	0,85	146,92
511	Рис отварной, масло сливочное	150/5	2,5	3,7	26,6	150
868	Компот фруктовый	200	0,04	0,10	24,76	94,20
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40
	Итого		19,79	21,15	81,48	583,46
Полдник						
	Булка " Забава"	50	5,08	4,60	0,28	62,80
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0,00	24,76	94,20
	Итого		5,12	4,60	25,04	157,00
Пятница						
Обед						
139	Суп гороховый на мясном.бульоне.	200	13,75	7,25	20,40	214,00
105	Фрикадельки из говядины с соусом	50/50	10,10	9,40	1,35	126,86
322	Рожки отварные	150	7,46	5,61	35,84	230,45
942	Чай с сахаром	200	0,04	0,00	24,76	94,20
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40
	Итого		34,07	22,78	98,27	745,91
Полдник						
	Кондитерское изделие	30	3,60	5,70	7,40	95,00
942	Чай с сахаром	200	0,04	0,00	13,90	55,96
	Итого		3,64	5,70	21,30	150,96

Утверждаю

Директор МБОУ средняя школа № 4

Звонарева Е.Г.

Директор ООО "Нежность"

Надежин С.В.

М Е Н Ю

группы продленного дня на 2024 год

стоимость питания 85 (восемьдесят пять) рублей 00 копеек

Вторая неделя

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. Цен.
Понедельник						
Обед						
187	Суп овощной на курин.бульоне.	200	13,75	7,25	20,40	214,00
32	Колбаса докторская отварная	50	5,2	10	0,4	112
322	Рожки отварные,масло слив.	150/5	7,56	5,61	35,84	230,45
942	Чай с сахаром	200	0,04	0,00	24,76	94,20
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40
	Итого		29,27	23,38	97,32	731,05
Полдник						
	Булка " Забава"	50	6,93	6,80	38,90	235,40
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0,00	13,90	55,96
	Итого		6,97	6,80	52,80	291,36
Вторник						
Обед						
101	Суп картофельный с крупой на кур.бульоне	200	4,72	5,56	18,17	140,34
498	Котлета куриная	50	8,51	10,72	9,76	169,57
366	Греча отварная рассыпч.,масло сливоч.	150/5	7,46	5,61	35,84	230,45
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0,00	13,90	55,96
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40
	Итого		23,45	22,41	93,59	676,72
Полдник						
	Кондитерское изделие	35	10,60	23,20	22,50	341,00
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0	11,87	48,7
	Итого		10,6	23,2	22,5	341
Среда						
Завтрак						
Обед						
82	Борщ с капустой и картофелем на кур/б.	200	1,45	3,93	100,20	82,00
366	Сосиска отварная	70	8,32	16,00	16,96	179,20
322	Вермишель отварная, масл.слив	150/5	5,52	4,52	26,45	168,45
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0,00	13,90	55,96
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40
	Итого		18,05	24,97	173,43	566,01
Полдник						
	Печенье сахарное	2шт	10,60	23,20	22,50	341,00
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0,00	11,87	48,70
	Итого		0,04	0,00	11,87	48,70

Четверг

Обед						
139	Суп гороховый	200	13,75	7,25	20,40	214,00
301	Котлета рыбная	50	9,20	5,70	10,60	192,00
520	Картофельное пюре .масло сливоч.	150/5	3,67	5,76	24,53	164,70
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0,00	13,90	55,96
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40
	Итого		29,38	19,23	85,35	707,06
Полдник						
	Кондитерское изделие	35	3,60	5,70	7,40	95,00
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0,00	13,90	55,96
	Итого		3,64	5,70	21,30	150,96

Пятница

Обед						
101	Суп картофельный с макар изд.на кур.буль.	200	4,72	5,56	18,17	140,34
461	Тефтели из говядины	50/30	9,23	2,05	9,35	174,25
322	Рожки отварные	150	7,46	5,61	35,84	230,45
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0,00	13,90	55,96
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40
	Итого		24,17	13,74	93,18	681,40
Полдник						
	Булка "Веснушка"	50	5,08	4,60	0,28	62,80
942	Чай с сахаром	200/15	0,04	0,00	13,90	55,96
	Итого		5,12	4,60	14,18	118,76