

МЕНЮ

бюджетное питание (7-10)

На « 2 » 2 2024 год

Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и норматив-ная документа-ция /сборник	№ рецептуры или технологи- ческой	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал
				Всего г	Всего г	Всего г	
11 день							
Завтрак							
Бутерброд с сыром (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный)	35	2008	3	4,5	8,7	7,4	131,0
Каша "Янтарная" из пшена с яблоками и маслом сливочным (крупа пшено, молоко, сахар, яблоки, соль, масло сливочное)	150	2008	187	8,0	7,3	28,1	199,2
Чай с сахаром и лимоном (чай, сахар, лимон)	200/7	2008	431	0,3	0,1	15,2	62,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	2	2,2	0,6	13,4	67,5
Фрукты свежие (апельсины)	100	к/к	8	0,9	0,2	8,1	43,3
Итого за прием пищи:	517			15,9	16,9	72,2	503,0
Обед							
Салат витаминный (1-й вариант) (капуста б/к свежая, яблоки, морковь, лимонная кислота, сахар, масло растительное, соль)	60	2008	41	0,7	3,6	5,7	54,0
Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, морковь, петрушка (корень), лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, кислота лимонная, сметана, говядина, соль)	200/5/5	2012/2008	57/252	2,2	10,6	11,0	92,6
Плов из птицы (филе курицы, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, соль)	240	2012	304	18,4	8,8	38,8	344,0
Компот из кураги (курага, сахар, кислота лимонная)	200	2008	401	1,0	0,1	34,2	142,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	40	к/к	1	2,8	0,4	18,6	90,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	15	к/к	9	1,3	0,3	7,0	40,5
Итого за прием пищи:	765			26,4	23,8	115,3	763,1
Всего за день:				42,3	40,7	187,5	1266,1

Зав. производством:

Калькулятор:

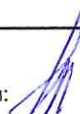


ДИРЕКТОР ГБОУ ШК №104
ИМЕНИ М. С. ХАРЧЕНКО
И. А. ДОБРЕНКО

МЕНЮ
бюджетное питание (7-11)

На « 12 » 2024 год

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и нормативная документа- ция /сборник	№ рецептуры или технологи- ческой	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
10 день							
Завтрак							
Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)	25	2008	1	1,1	8,4	7,5	110,0
Пудинг из творога с молоком сгущенным (творог, крупа манная, яйца, сахар, ванилин, изюм, масло сливочное, сухари пшеничные, сметана, соль, молоко сгущенное)	150/10	2008	225	15,2	9,9	35,3	302,4
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	2008	430	0,2	0,1	15,0	60,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	2	2,2	0,6	13,4	67,5
Плоды свежие (яблоки)	100	2015	338	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за прием пищи:	510			19,1	19,4	81,0	586,9
Обед							
Салат из моркови и яблок с яйцом (морковь, яблоки свежие, яйца, масло растительное)	60	2015	65	1,0	2,7	7,3	39,7
Суп картофельный с фасолью (картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, масло растительное, соль)	200	2012	81	4,1	4,3	12,9	106,6
Тефтели мясные (1-й вариант) (говядина, хлеб пшеничный, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, сметана, соль)	90	2008	283	9,8	11,4	2,0	176,5
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	150	2008	331	5,5	4,8	31,3	191,0
Компот из смеси сухофруктов (яблоки, груши, чернослив, курага, изюм, сахар, кислота лимонная)	200	2008	402	0,6	0,1	31,7	131,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	40	к/к	1	2,8	0,4	18,6	90,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	2	2,2	0,6	13,4	67,5
Итого за прием пищи:	765			26,0	24,3	117,2	802,3
Всего за день:				45,1	43,7	198,2	1389,2

Зав. производством: 

Калькулятор:

МЕНЮ

бюджетное питание (7-11)

На «31» / 2024 год

Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и норматив-ная документа-ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая це- ность, кка
				Всего г	Всего г	Всего г	
9 день							
Завтрак							
Бутерброд с джемом (джем, масло сливочное, хлеб пшеничный)	40	2008	2	1,2	4,3	22,0	132,0
Макаронные изделия отварные с сыром (макаронные изделия, сыр, масло сливочное, соль)	160	2015	204	10,9	11,9	27,3	267,5
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	2008	433	2,9	2,5	24,8	134,0
Плоды свежие (мандарины)	100	к/к	3	0,8	0,2	7,5	38,0
Итого за прием пищи:	500			15,8	18,9	81,6	571,5
Обед							
Салат из свеклы отварной (свекла, масло растительное, соль)	60	2015	52	0,8	3,6	5,0	55,7
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сметана, соль)	200/5	2012	67	1,6	4,7	7,0	75,8
Птица, тушеная в соусе с овощами (филе курицы, масло растительное, лук репчатый, картофель, морковь, горошек консервированный, мука пшеничная, соль)	240	2008	308	14,3	12,5	27,0	315,3
Сок фруктовый в ассортименте	200	2008	442	1,0	0,2	19,8	86,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	40	к/к	1	2,8	0,4	18,6	90,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	2	2,2	0,6	13,4	67,5
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5%	100	к/к	6	3,1	2,5	18,0	107,0
Итого за прием пищи:	870			25,8	24,5	108,8	797,3
Всего за день:				41,6	43,4	190,4	1368,8

Зав. производством:

Калькулятор:

МЕНЮ

бюджетное питание № 11

На « 30 » /

2024 год

Наименование	Выход	Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур /	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды	Энергетическая ценность, ккал
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
8 день							
Завтрак							
Омлет натуральный с маслом сливочным(молоко, яйца, растительное масло, соль, масло сливочное)	150	2008	214	12,9	17,4	23,5	323,8
Горошек зеленый припущенный (горошек зеленый консервированный)	40	АКП*	7	1,2	0,1	2,6	18,0
Кофейный напиток (кофейный напиток, сахар, молоко)	200	2008	432	1,5	1,3	22,4	107,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	2	2,2	0,6	13,4	67,5
Плоды свежие (апельсины)	100	к/к	8	0,9	0,2	8,1	43,3
Итого за прием пищи:	515			18,7	19,6	70,0	559,6
Обед							
Салат из квашеной капусты (капуста квашеная, сахар, масло растительное)	60	2008	40	1,0	3,1	4,6	49,8
Суп из овощей с птицей и сметаной (капуста свежая белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый, масло сливочное, сметана, курица, соль)	200/5/5	2015/2008	99/307	2,9	10,8	4,5	86,7
Котлета рыбная любительская (филе минтая, морковь, лук репчатый, хлеб пшеничный, яйца, молоко, масло растительное, соль)	90	2012	256	11,3	4,2	9,8	126,0
Рис припущенный (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	150	2008	326	3,7	4,6	29,4	209,0
Компот из апельсинов (апельсины, сахар, цедра)	200	2008	399	0,5	0,1	34,0	141,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	40	к/к	1	2,8	0,4	18,6	90,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	2	2,2	0,6	13,4	67,5
Итого за прием пищи:	775			24,4	23,8	114,3	770,0
Всего за день:				43,1	43,4	184,3	1329,6

Зав. производством:

Калькулятор:

МЕНЮ

бюджетное питание

На «29» /

2024 года

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив-ная документа-ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	* Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
7 день							
Завтрак							
Бутерброд с яйцом (яйцо отварное, хлеб пшеничный)	35	к/к	7	3,9	2,7	8,2	71,9
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (крупа пшеничная, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	155	2008	189	4,6	6,4	24,8	179,0
Чай с молоком (чай, сахар, молоко)	200	АКП*	8	6,3	5,8	9,8	89,6
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	15	к/к	9	1,3	0,3	7,0	40,5
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5%	100	к/к	6	3,1	2,5	18,0	107,0
Итого за прием пищи:	505			19,2	17,7	67,8	488,0
Обед							
Огурец соленый (огурцы соленые)	60	АКП*	9	0,5	0,1	1,9	7,8
Щи из квашеной капусты с картофелем со сметаной (капуста квашеная, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная, масло сливочное, сметана, соль)	200/5	2012	71	1,5	4,7	5,6	69,8
Жаркое по-домашнему (говядина, картофель, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль)	240	2008	258	18,4	20,4	23,5	404,6
Компот из свежих яблок (яблоки свежие, сахар, лимонная кислота)	200	2008	394	0,2	0,2	27,9	115,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	40	к/к	1	2,8	0,4	18,6	90,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	2	2,2	0,6	13,4	67,5
Плоды свежие (груши)	100	2015	338	0,4	0,3	10,3	47,0
Итого за прием пищи:	870			26,0	26,7	101,2	801,7
Всего за день:				45,2	44,4	169,0	1289,7

Зав. производством:

Калькулятор:

МЕНЮ

бюджетное питание (7-11)

На «26» /

2024 год

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная докумен- та-ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал
	г			Всего	Всего	Всего	
	г			г	г	г	
5 день							
Завтрак							
Бутерброд с сыром (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный)	35	2008	3	4,5	8,7	7,4	131,0
Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба" (крупа рисовая, крупа пшено, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	150/5	2008	190	5,9	4,8	20,1	168,0
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	2008	433	2,9	2,5	24,8	134,0
Печенье обогащенное	20	к/к	5	1,4	2,6	14,6	88,0
Плоды свежие (мандарины)	100	к/к	3	0,8	0,2	7,5	38,0
Итого за прием пищи:	510			15,5	18,8	74,4	559,0
Обед							
Салат "Степной" из разных овощей с маслом растительным (картофель, морковь,огурец соленый, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло растительное)	60	2008	30	2,2	6,1	4,7	82,2
Суп крестьянский с крупой со сметаной (капуста свежая, картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль)	200/10	2015	98	1,5	4,9	5,2	70,7
Биточки рыбные запеченные, соус сметанный (филе минтая, хлеб пшеничный, молоко, масло сливочное, сметана, мука пшеничная, соль)	90/20	2012	255/354	11,7	4,5	8,8	123,9
Картофель отварной (картофель, соль, масло сливочное)	150	2008	333	2,9	4,7	23,5	148,0
Компот из изюма (изюм, сахар, кислота лимонная)	200	2008	401	0,5	0,1	28,1	116,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	40	к/к	1	2,8	0,4	18,6	90,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	15	к/к	9	1,3	0,3	7,0	40,5
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5%	100	к/к	6	3,1	2,5	18,0	107,0
Итого за прием пищи:	885			26,0	23,5	113,9	778,3
Всего за день:				41,5	42,3	188,3	1337,3

Зав. производством:

Калькулятор:

МЕНЮ
бюджетное питание (7-11)

На «25» 2024 год

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная докумен- та-ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- чес-кой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая цеи ность, кка.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
4 день							
Завтрак							
Бутерброд с джемом (джем, масло сливочное, хлеб пшеничный)	40	2008	2	1,2	4,3	22,0	132,0
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным (крупа овсяная, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	155	2008	189	6,2	7,9	25,7	199,0
Чай с молоком (чай, сахар, молоко)	200	АКП*	8	6,3	5,8	9,8	89,6
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	2	2,2	0,6	13,4	67,5
Плоды свежие (груши)	100	2015	338	0,4	0,3	10,3	47,0
Итого за прием пищи:	520			16,3	18,9	81,2	535,1
Обед							
Салат витаминный (1-й вариант) (капуста б/к свежая, яблоки, морковь, лимонная кислота, сахар, масло растительное, соль)	60	2008	41	0,7	3,6	5,7	54,0
Суп картофельный с горохом (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, петрушка (корень), масло сливочное, соль)	200	2008	99	2,5	1,8	17,3	141,2
Котлеты "Особые" (говядина б/к, свинина, хлеб пшеничный, сухари, масло растительное, молоко, масло сливочное, мука пшеничная, соль)	90	2008	273	10,7	15,4	10,6	207,4
Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль)	150	2015	302	8,6	6,1	38,6	243,8
Сок фруктовый в ассортименте	200	2008	442	1,0	0,2	19,8	86,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	40	к/к	1	2,8	0,4	18,6	90,0
Итого за прием пищи:	740			26,3	27,5	110,6	822,4
Всего за день:				42,6	46,4	191,8	1357,5

Зав. производством:

Калькулятор:



СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ №

ДИРЕКТОР ГБОУ ШК №104

ИМЕНИ М. С. ХАРЧЕНКО

И. А. ДОБРЕНКО

МЕНЮ
бюджетное питание (7-11)

На «24» /

2024 год

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная докумен- та-ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал
	г			Всего	Всего	Всего	
	г			г	г	г	
3 день							
Завтрак							
Бутерброд с маслом (масло сливочное, хлеб пшеничный)	25	2008	1	1,1	8,4	7,5	110,0
Каша рисовая молочная с маслом сливочным (крупа рисовая, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	155	2008	189	7,7	6,6	21,6	191,0
Кофейный напиток (кофейный напиток, сахар, молоко)	200	2008	432	1,5	1,3	22,4	107,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	2	2,2	0,6	13,4	67,5
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5%	100	к/к	6	3,1	2,5	18,0	107,0
Итого за прием пищи:	505			15,6	19,4	82,9	582,5
Обед							
Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное)	60	2008	51	0,8	6,1	4,0	73,8
Суп с макаронными изделиями и картофелем (макаронные изделия, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль)	200	2012	82	2,2	2,3	13,7	83,8
Суфле из курицы (филе курицы, яйца, молоко, масло сливочное, мука пшеничная, соль)	90	2008	320	15,0	8,0	3,6	148,9
Рагу овощное (3-й вариант) (картофель, морковь, лук репчатый, репа, капуста б/к свежая, масло сливочное, мука пшеничная, томатная паста, сахар, соль)	150	2012	344	2,7	6,1	15,8	128,9
Компот из апельсинов (апельсины, сахар, цедра)	200	2008	399	0,5	0,1	34,0	141,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	40	к/к	1	2,8	0,4	18,6	90,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	2	2,2	0,6	13,4	67,5
Плоды свежие (яблоки)	100	2015	338	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за прием пищи:	865			26,6	24,0	112,9	780,9
Всего за день:				42,2	43,4	195,8	1363,4

Зав. производством:

Калькулятор:

МЕНЮ

бюджетное питание (7-11)

На «В» / 1

2024 год

Наименование	Выход	Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
2 день							
Завтрак							
Бутерброд с яйцом (яйцо отварное, хлеб пшеничный)	35	к/к	7	3,9	2,7	8,2	71,9
Запеканка из творога с джемом (творог, яйца, сахар, крупа манная , масло сливочное, сухари пшеничные, сметана, джем, соль)	150/10	2012	237	12,9	15,4	38,2	365,3
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	2008	430	0,2	0,1	15,0	60,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	15	к/к	9	1,3	0,3	7,0	40,5
Фрукты свежие (мандарины)	100	к/к	3	0,8	0,2	7,5	38,0
Итого за прием пищи:	510			19,1	18,7	75,9	575,7
Обед							
Салат из квашеной капусты (капуста квашеная, сахар, масло растительное)	60	2008	40	1,0	3,1	4,6	49,8
Борщ из свежей капусты с картофелем, птицей и сметаной (свекла, капуста свежая, картофель, морковь, петрушка(корень), лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, кислота лимонная, сметана, курица, соль)	200/5/5	2012/2008	57/307	4,9	6,0	11,3	101,3
Рыба, тушенная с овощами (филе минтая, морковь, томатная паста, лук репчатый, масло растительное, соль)	100	2012	247	9,6	4,8	2,8	92,5
Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	150	2008	325	3,7	6,3	32,8	203,0
Компот из свежих яблок (яблоки свежие, сахар, лимонная кислота)	200	2008	394	0,2	0,2	27,9	115,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	40	к/к	1	2,8	0,4	18,6	90,0
Вафли обогащенные	20	к/к	4	0,9	5,8	12,6	106,0
Итого за прием пищи:	780			23,1	26,6	110,6	757,6
Всего за день:				42,2	45,3	186,5	1333,3

Зав. производством:

Калькулятор:

МЕНЮ
бюджетное питание (7-11)

На «22» 1 2024 год

Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и норматив-ная документа-ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая це- ность, кка
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
1 день							
Завтрак							
Бутерброд с сыром (сыр, масло сливочное, хлеб пшеничный)	35	2008	3	4,5	8,7	7,4	131,0
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным (крупа пшеничная, молоко, масло сливочное, сахар, соль)	155	2008	189	5,6	6,9	24,4	183,0
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	2008	433	2,9	2,5	24,8	134,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	25	к/к	2	2,2	0,6	13,4	67,5
Плоды свежие (яблоки)	100	2015	338	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за прием пищи:	515			15,6	19,1	79,8	562,5
Обед							
Салат из соленых огурцов с луком (огурцы соленые, лук репчатый, масло растительное)	60	2008	20	1,6	3,1	1,6	40,2
Рассольник ленинградский со сметаной (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сливочное, сметана, соль)	200/5	2012	76	1,9	4,9	13,5	104,6
Шницель рубленый запеченный (говядина, хлеб пшеничный, молоко, сухари, масло сливочное, соль)	90	2012	282	14,0	10,4	14,1	205,9
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное, соль)	150	2008	335	3,1	5,4	20,3	141,0
Кисель из кураги (курага, сахар, крахмал картофельный, кислота лимонная)	200	2008	406	0,7	0,1	37,0	151,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами (хлеб ржано-пшеничный)	40	к/к	1	2,8	0,4	18,6	90,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	20	к/к	9	1,8	0,5	10,7	54,0
Итого за прием пищи:	765			25,9	24,8	115,8	786,7
Всего за день:				41,5	43,9	195,6	1349,2

Зав. производством: 

Калькулятор: