



Утверждено:
 И.Ю.Малахова

Директор МКОУ Кузнецовской СОШ
 Малахова

МЕНЮ
ШКОЛЬНОЙ СТОЛОВОЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ КАТЕГОРИИ ОБЗ 1-4 класс
МКОУ КУЗНЕЦОВСКОЙ СОШ НА ПЕРИОД С 5 по 8 ноября 2024 ГОДА

Вторник 05.11.2024

Завтрак							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0,2	14,6	0,2	132,2	10,00
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5	14,24
54-6гн	Кисель из вишни	200	0,3	0,1	7,2	30,9	18,10
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	2,28
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	6,13
	Итого за Завтрак	520	12,8	13,8	77,3	484,1	50,75

Обед							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
54-2з	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	7,20
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со	200	4,7	5,7	10,1	110,4	15,15
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	5,33
П/ф	Котлеты Домашние	90	11,6	9,2	7	157,4	36,00
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0	17,8	72,9	8,51
Пром.	Апельсин	150	1,4	0,3	12,2	56,7	40,00
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	2,28
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	2,31
	Итого за Обед	910	27,5	21,4	103	713,7	116,78
	Итого за день	1430	40,3	35,2	180,3	1197,8	167,53

Среда 06.11.2024

Завтрак							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
54-19к	Суп молочный с макаронными	250	6,9	5,7	22,3	167,8	41,72
54-5гн	Чай с брусникой и сахаром	200	0,27	0,09	7,32	31,2	27,15
Пром.	Хлеб пшеничный	50	5,3	0,6	34,4	164,1	4,56
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	5,39
Пром.	Повидло абрикосовое	50	0,1	0	19,2	77,2	6,90
	Итого за Завтрак	620	19,27	10,79	74,32	470,9	85,72

Обед							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0,5	6,1	4,3	74,3	19,51
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками	200	10,8	7,6	17,4	181,1	31,42
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	27,93
54-2м	Гуляш из говядины	90	15,3	14,9	3,5	208,9	94,24

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	17,15
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	4,56
Пром.	Йогурт 3.2%	100	5	3,2	3,5	62,8	35
	Итого за Обед	900	43,8	38,5	95,6	904,8	229,81
	Итого за день	1520	63,2	49,8	188,8	1456,7	315,53

Четверг 07.11.2024

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	25	5,8	7,4	0	89,6	24,00
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	5,3	5,7	25,3	174,2	12,00
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	19,73
Пром.	Хлеб ржаной	30	3,8	0,4	24,6	117,2	5,39
Пром.	Хлеб пшеничный	50	2	0,4	10	51,2	3,80
	Итого за Завтрак	505	21,6	17,4	72,4	532,6	64,92

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5	1,04
54-6с	Суп картофельный с клецками	200	4,6	3,3	11,4	93,6	5,11
54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8	4,67
П/Ф	Котлеты Куриные	85	10,8	8,5	7,1	148,5	24,88
54-1соус	Соус сметанный	40	0,6	3,3	1,3	37,2	19,28
Пром.	Сок яблочный (осветленный)	200	3,8	0,4	24,6	117,2	16,00
Пром.	Мармелад фруктово-ягодный	30	1	0	25,4	105,6	6,60
Пром.	Хлеб пшеничный	50	0,5	2,8	19,3	103,7	3,80
	Итого за Обед	815	36,8	25,7	128,7	892,1	81,38
	Итого за день	1320	73,6	51,4	257,4	1424,7	146,30

Пятница 08.11.2024

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	5,00
54-1о	Омлет натуральный	200	16,9	24	4,3	300,7	12,55
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	7,5	31,7	3,55
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,85
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	3,85
	Итого за Завтрак	560	24,3	32,4	53,2	601,1	28,8

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Стоимости
54-2з	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	7,20
54-7с	Суп картофельный с макаронными	2000	5,2	2,8	18,5	119,6	1,53
54-9м	Жаркое по-домашнему	200	20,1	18,8	17,2	317,9	84,66
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	23,14

