

Утверждено:  
Директор МБОУ СОШ № 3

Переварова О.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей участников СВО

19 февраля 2024г



№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	<b>Завтрак</b>						
15	Сыр российский порционно	30	24,79	6,96	8,85	0	107,49
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	8,82	0,08	7,25	0,13	66,1
173	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных с маслом сливочным 200/10	210	27,80	9,6	16,8	46,3	341,6
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
389	Сок фруктовый	200	23,65	1	0	24,4	101,6
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>510</b>	<b>88,66</b>	<b>21,9</b>	<b>33,5</b>	<b>95,61</b>	<b>738,35</b>
	<b>Обед</b>						
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	15,01	0,8	0,2	7,5	35
70	Огурец соленый	60	3,44	0,48	0,12	1,92	10,8
102	Суп гороховый	200	9,19	4,12	4	14,5	110,23
294/331	Котлеты рубленые из курицы с соусом сметанным 60/40	100	36,67	10,04	11,82	10,5	188,03
309	Макаронные изделия отварные	150	8,05	5,28	3,88	32,74	187,2
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
344	Компот из яблок	200	12,70	0,3	0	27,3	112,1
	<b>Итого обед:</b>	<b>870</b>	<b>88,66</b>	<b>25,28</b>	<b>20,62</b>	<b>119,24</b>	<b>764,92</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1380</b>		<b>47,18</b>	<b>54,12</b>	<b>214,85</b>	<b>1503,27</b>

Утверждено:  
Директор МБОУ СОШ № 3

Индивидуальный предприниматель

Черварова О.В.

Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей участников СВО

20 февраля 2024г



№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	<b>Завтрак</b>						
	Кондитерское изделие 1 шт	30	15,01	3	17,5	26,5	275
223	Запеканка из творога с соусом яблочным 150/20	170	32,75	26,23	13,72	28,7	368,1
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
386	Йогурт в инд. упаковке	125	27,50	4,25	3,13	6,88	72,63
378	Чай с молоком 150/50/15	215	9,80	1,4	1,6	17,7	91
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>600</b>	<b>88,66</b>	<b>39,14</b>	<b>36,55</b>	<b>104,56</b>	<b>928,29</b>
	<b>Обед</b>						
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	15,01	0,4	0	12,6	52
70	Помидор соленый	60	3,65	0,72	0,12	3,48	18
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,25	2,16	2,56	15,12	91,87
279/331	Тефтели из говядины 60/40	100	31,67	8,2	9,92	10,35	159,85
302	Гречка отварная	150	20,80	8,42	5,22	36,42	226,08
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
349	Компот из сухофруктов	670	5,68	0,38	0	30,74	124,46
	<b>Итого обед:</b>	<b>1340</b>	<b>88,66</b>	<b>24,54</b>	<b>18,42</b>	<b>133,49</b>	<b>793,82</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1940</b>		<b>63,68</b>	<b>54,97</b>	<b>238,05</b>	<b>1722,11</b>

Утверждено:  
Директор МБОУ СОШ № 3

Череварова О.В.

Индивидуальный предприниматель

Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей участников СВО

21 февраля 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса, г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	<b>Завтрак</b>						
291	Плов с курицей 80/180	260	60,16	24,28	24,42	38,02	520,8
70	Огурец соленый	60	5,74	0,48	0,12	1,92	10,8
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
389	Сок фруктовый	150	19,16	1	0	24,4	101,6
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>530</b>	<b>88,66</b>	<b>30,02</b>	<b>25,14</b>	<b>89,12</b>	<b>754,76</b>
	<b>Обед</b>						
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	15,01	0,8	0,2	7,5	35
324	Свекла тушеная	60	3,34	1,01	0,73	6,3	35,81
82	Борщ с капустой и картофелем	200	6,90	1,59	3,67	9,9	79,96
268/331	Котлеты из говядины с соусом томатным 60/40	100	35,13	9,95	12,45	17,32	186,95
302	Пшеничная каша рассыпчатая	150	15,03	7,72	3,96	43,28	239,59
342	Компот из яблок	200	9,65	0,3	0	27,3	112,1
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
	<b>Итого обед:</b>	<b>870</b>	<b>88,66</b>	<b>25,63</b>	<b>21,61</b>	<b>136,38</b>	<b>810,97</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1400</b>		<b>55,65</b>	<b>46,75</b>	<b>225,5</b>	<b>1565,73</b>



Утверждено:  
Директор МБОУ СОШ № 3

Переварова.О.В.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей участников СВО

22 февраля 2024г

№ рецепта	Наименование блюда	Масса,г	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, кКал
				белки	жиры	углеводы	
	<b>Завтрак</b>						
15	Сыр российский порционно	20	15,01	4,64	5,9	0	71,66
14	Масло сливочное «крестьянское» порциями	10	7,82	0,08	7,25	0,13	66,1
210	Омлет натуральный	159	40,57	15,55	16,94	2,78	240
338	Фрукты свежие сезонные 1шт	100	16,50	0,4	0	12,6	52
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
377	Чай с лимоном 200/15/7	222	5,16	0,2	0	16	65
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>571</b>	<b>88,66</b>	<b>25,13</b>	<b>30,69</b>	<b>56,29</b>	<b>616,32</b>
	<b>Обед</b>						
	Кондитерское изделие 1 шт	30	15,01	3	17,5	26,5	275
73	Кабачковая икра	60	7,16	0,00	4,2	4,2	54
101	Суп картофельный с пшеном	200	8,25	1,78	3,28	12,4	93,2
229/331	Рыба, припущенная с овощами 50/50	100	31,73	18,12	8,94	9,19	193,86
312	Пюре картофельное	150	18,76	3,26	4,24	20,17	130,97
1091	Хлеб пшеничный	30	1,80	2,28	0,24	14,76	70,32
1091	Хлеб ржаной	30	1,80	1,98	0,36	10,02	51,24
378	Чай с сахаром 200/15	215	4,15	0,1	0	15	60
	<b>Итого обед:</b>	<b>815</b>	<b>88,66</b>	<b>30,52</b>	<b>38,76</b>	<b>112,24</b>	<b>928,59</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1386</b>		<b>55,65</b>	<b>69,45</b>	<b>168,53</b>	<b>1544,91</b>