

Утверждаю  
Директор  
ООО "ОПТИМА"



06.05.2024



Утверждаю  
Директор  
МКОУ Даниловская СШ им.  
А.С. Макаренко

Баган Т.В.

Меню для обеспечения питания возрастной группы 7-11 лет

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |              |                               |             |                  |
| ГУЛЯНИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К   | 90           | 8,60             | 10,40        | 6,80         | 158,30                        | 311К        | 2016             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303  | 160          | 4,90             | 5,34         | 21,80        | 155,00                        | 303         | 2017             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец св., помидор св., капуста квашеная, огурец сол., помидор сол.) | 60           | 0,60             | 0,10         | 1,75         | 13,20                         | 70,71,80    | 2017             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №685   | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00        | 58,00                         | 685         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6  | 50           | 3,90             | 0,50         | 24,10        | 116,80                        | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>560</b>   | <b>18,20</b>     | <b>16,34</b> | <b>69,45</b> | <b>501,30</b>                 |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>  | <b>560</b>   | <b>18,20</b>     | <b>16,34</b> | <b>69,45</b> | <b>501,30</b>                 |             |                  |

Меню для обеспечения питания возрастной группы 12-18 лет

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |              |                               |             |                  |
| ГУЛЯНИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К   | 100          | 9,60             | 11,60        | 7,50         | 175,90                        | 311К        | 2016             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303  | 180          | 5,50             | 5,49         | 24,60        | 175,00                        | 303         | 2017             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец св., помидор св., капуста квашеная, огурец сол., помидор сол.) | 100          | 1,00             | 0,16         | 2,90         | 22,00                         | 70,71,80    | 2017             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №685   | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00        | 58,00                         | 685         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6  | 50           | 3,90             | 0,50         | 24,10        | 116,80                        | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>630</b>   | <b>20,20</b>     | <b>17,75</b> | <b>74,10</b> | <b>547,70</b>                 |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>  | <b>630</b>   | <b>20,20</b>     | <b>17,75</b> | <b>74,10</b> | <b>547,70</b>                 |             |                  |

Меню для обеспечения питания возрастной группы 7-11 лет (ОВЗ)

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| ГУЛЯНИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К   | 90           | 8,60             | 10,40        | 6,80          | 158,30                        | 311К        | 2016             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303  | 160          | 4,90             | 5,34         | 21,80         | 155,00                        | 303         | 2017             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец св., помидор св., капуста квашеная, огурец сол., помидор сол.) | 60           | 0,60             | 0,10         | 1,75          | 13,20                         | 70,71,80    | 2017             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №685   | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00         | 58,00                         | 685         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6  | 50           | 3,90             | 0,50         | 24,10         | 116,80                        | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>560</b>   | <b>18,20</b>     | <b>16,34</b> | <b>69,45</b>  | <b>501,30</b>                 |             |                  |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| КРУАССАН   | 90           | 5,85             | 17,10        | 46,80         | 369,00                        |             |                  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360   | 200          | 0,10             | 0,00         | 28,20         | 110,30                        | 360         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>290</b>   | <b>5,95</b>      | <b>17,10</b> | <b>75,00</b>  | <b>479,30</b>                 |             |                  |
| <b>Всего:</b>  | <b>850</b>   | <b>24,15</b>     | <b>33,44</b> | <b>144,45</b> | <b>980,60</b>                 |             |                  |

Меню для обеспечения питания возрастной группы 12-18 лет (ОВЗ)

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| ГУЛЯНИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К   | 100          | 9,60             | 11,60        | 7,50          | 175,90                        | 311К        | 2016             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303  | 180          | 5,50             | 5,49         | 24,60         | 175,00                        | 303         | 2017             |
| ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (огурец св., помидор св., капуста квашеная, огурец сол., помидор сол.) | 100          | 1,00             | 0,16         | 2,90          | 22,00                         | 70,71,80    | 2017             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №685   | 200          | 0,20             | 0,00         | 15,00         | 58,00                         | 685         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ТТК №6  | 50           | 3,90             | 0,50         | 24,10         | 116,80                        | ТТК №6      |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>630</b>   | <b>20,20</b>     | <b>17,75</b> | <b>74,10</b>  | <b>547,70</b>                 |             |                  |
| <b>ПОЛДНИК</b>   |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| КРУАССАН   | 90           | 5,85             | 17,10        | 46,80         | 369,00                        |             |                  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360   | 200          | 0,10             | 0,00         | 28,20         | 110,30                        | 360         | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>290</b>   | <b>5,95</b>      | <b>17,10</b> | <b>75,00</b>  | <b>479,30</b>                 |             |                  |
| <b>Всего:</b>  | <b>920</b>   | <b>26,15</b>     | <b>34,85</b> | <b>149,10</b> | <b>1 027,00</b>               |             |                  |