

Меню
горячего питания для обучающихся 1-4 классов
19.12.2025г.

Комиссия в составе: ответственный за питание – Темиралиев В.И., калькулятор – Даутова И.А., повар – Шанаева С.О.

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	71,64	296	16,52
			гор.блюдо	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	104,96	377	27,53
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	36,7
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82		9,18
			фрукты								
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	1,84
			итого		500	25,18	16,65	49,83	449,89		91,77
1	5	Обед	закуска	Салат из свеклы с яблоками №28	70	0,7	4,2	7,7	71,4	28	18,35
			1 блюдо	Суп картофельный №112	200	2,6	2,7	8,6	69,1	112	27,52
			2 блюдо	Плов с курицей №291	150	13,56	8,38	28,58	243,98	291	30,53
			гарнир								
			напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	8,17
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	100	7,89	1	48,29	233,72		7,2
			хлеб черн.								
			итого		700	24,78	16,37	101,72	653,33		91,77
1	5	Итого за день:			1200	49,96	33,02	151,55	1103,22		183,54

Ответственный за питание
Повар
Калькулятор

Темиралиев В.И.
Шанаева С.О.
Даутова И.А.