



Утверждено:

Директор МБОУ Гимназии № 4

Павленко И.Н.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

## Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

01 июля 2024г

| №<br>рецепта | Наименование блюда                           | Масса   | Пищевые вещества (г) |       |               | Энергетическая |
|--------------|----------------------------------------------|---------|----------------------|-------|---------------|----------------|
|              |                                              | порций  |                      |       |               | ценность       |
|              |                                              |         | белки                | жиры  | углево-<br>ды | (ккал)         |
|              | <b>Завтрак</b>                               |         |                      |       |               |                |
| 181          | Каша молочная из манной крупы 200/10         | 210     | 6,10                 | 11,30 | 23,50         | 260,00         |
| 3            | Бутерброд с сыром и маслом сливочным 5/15/30 | 50      | 5,90                 | 8,50  | 14,20         | 157,00         |
| 376          | Чай с сахаром 200/15                         | 215     | 0,10                 | 0,00  | 15,00         | 60,00          |
| 338          | Фрукта свежая 1/150                          | 150     | 0,60                 | 0,00  | 18,90         | 78,00          |
|              | Мороженое «Пломбир» 1/80                     | 80      | 2,70                 | 5,00  | 20,40         | 93,70          |
|              | Итого:                                       | 705,00  | 15,40                | 24,80 | 92,00         | 648,70         |
|              | <b>Обед</b>                                  |         |                      |       |               |                |
| 71           | Огурец свежий порционно                      | 60      | 0,50                 | 0,00  | 2,00          | 9,00           |
| 102          | Суп картофельный с горохом                   | 200     | 6,06                 | 4,28  | 19,08         | 131,00         |
| 295/331      | Котлеты из мякоти кур с соусом 80/20         | 100     | 21,80                | 15,52 | 17,76         | 257,60         |
| 309          | Макароны отварные                            | 150     | 5,30                 | 4,80  | 28,57         | 179,40         |
| 1091         | Хлеб пшеничный                               | 30      | 2,66                 | 1,00  | 14,00         | 79,80          |
| 1091         | Хлеб ржаной                                  | 30      | 1,83                 | 0,36  | 11,97         | 59,10          |
| 346          | Компот из свежих фруктов                     | 200     | 0,24                 | 0,00  | 28,80         | 116,20         |
|              | Итого обед:                                  | 770     | 38,39                | 25,96 | 122,18        | 832,1          |
|              | Всего:                                       | 1475,00 | 53,79                | 50,76 | 214,18        | 1480,80        |





Индивидуальный предприниматель



Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

02 июля 2024г

| №<br>рецепт<br>а | Наименование блюда                           | Масса      | Пищевые вещества (г) |       |              | Энергетическа<br>я |
|------------------|----------------------------------------------|------------|----------------------|-------|--------------|--------------------|
|                  |                                              | порци<br>й |                      |       |              | ценность           |
|                  |                                              |            | белки                | жиры  | углево<br>ды | (ккал)             |
| 02               | <b>Завтрак</b>                               |            |                      |       |              |                    |
| 338              | Фрукта свежая 1/150                          | 150        | 0,80                 | 0,00  | 25,20        | 104,00             |
| ТТКЗ             | Поджарка из мякоти кур 80/20                 | 100        | 14,58                | 11,78 | 14,00        | 311,40             |
| 139              | Капуста тушеная                              | 150        | 3,00                 | 5,40  | 15,90        | 124,50             |
| 1091             | Хлеб пшеничный                               | 30         | 2,66                 | 1,00  | 14,00        | 79,80              |
| 1091             | Хлеб ржаной                                  | 30         | 1,83                 | 0,36  | 11,97        | 59,10              |
| 377              | Чай с лимоном 200/15/7                       | 222        | 0,20                 | 0,00  | 16,00        | 65,00              |
|                  | Итого:                                       | 682        | 23,07                | 18,54 | 97,07        | 743,8              |
| 02               | <b>Обед</b>                                  |            |                      |       |              |                    |
| 131              | Зеленый горошек отварной                     | 60         | 1,86                 | 2,64  | 3,90         | 46,80              |
| 103              | Суп картофельный с макаронными изделиями     | 200        | 2,12                 | 2,22  | 19,38        | 106,00             |
| 269/331          | Котлеты домашние с соусом 80/20              | 100        | 12,32                | 17,46 | 20,00        | 289,80             |
| 310              | Картофель отварной со сливочным маслом 150/5 | 155        | 3,00                 | 4,90  | 21,45        | 141,90             |
| 1091             | Хлеб пшеничный                               | 30         | 2,66                 | 1,00  | 14,00        | 79,80              |
| 1091             | Хлеб ржаной                                  | 30         | 1,83                 | 0,36  | 11,97        | 59,10              |
| 349              | Компот из сухофруктов                        | 200        | 0,08                 | 0,00  | 21,82        | 87,60              |
|                  | Итого обед:                                  | 775        | 23,87                | 28,58 | 112,52       | 811                |
|                  | Всего:                                       | 1457       | 46,94                | 47,12 | 209,59       | 1554,8             |





Индивидуальный предприниматель



## Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

03 июля 2024г

| №<br>рецепта | Наименование блюда                    | Масса  | Пищевые вещества (г) |       |               | Энергетическая |
|--------------|---------------------------------------|--------|----------------------|-------|---------------|----------------|
|              |                                       | порций |                      |       |               | ценность       |
|              |                                       |        | белки                | жиры  | углево-<br>ды | (ккал)         |
|              | <b>Завтрак</b>                        |        |                      |       |               |                |
|              | Йогурт молочный 1/125                 | 125    | 0,5                  | 2,5   | 15,7          | 311,4          |
| 401          | Оладьи со сгущенным<br>молоком 160/15 | 175    | 12,3                 | 22,8  | 69,2          | 179,4          |
| 388          | Сок фруктовый                         | 200    | 1                    | 0     | 30,2          | 124,8          |
|              | <b>Итого завтрак:</b>                 | 500    | 13,8                 | 25,3  | 115,1         | 615,6          |
|              | <b>Обед</b>                           |        |                      |       |               |                |
| 71           | Помидор свежий порционно              | 60     | 0,72                 | 0,12  | 2,76          | 15,6           |
| 101          | Суп картофельный с пшеном             | 200    | 1,76                 | 2,26  | 16,46         | 93,2           |
| 291          | Плов из птицы 150/90                  | 240    | 29,86                | 25,3  | 32,13         | 441,9          |
| 346          | Компот из апельсинов                  | 200    | 0,08                 | 0     | 27            | 108,6          |
| 1091         | Хлеб пшеничный                        | 30     | 2,66                 | 1     | 14            | 79,8           |
| 1091         | Хлеб ржаной                           | 30     | 1,83                 | 0,36  | 11,97         | 59,1           |
|              | <b>Итого обед:</b>                    | 760    | 36,91                | 29,04 | 104,32        | 798,2          |
|              | <b>Всего:</b>                         | 1260   | 50,71                | 54,34 | 219,42        | 1413,8         |





Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

04 июля 2024г

| №<br>рецепта | Наименование блюда                                       | Масса  | Пищевые вещества (г) |       |               | Энергетическая |
|--------------|----------------------------------------------------------|--------|----------------------|-------|---------------|----------------|
|              |                                                          | порций |                      |       |               | ценность       |
|              |                                                          |        | белки                | жиры  | углево-<br>ды | (ккал)         |
|              | <b>Завтрак</b>                                           |        |                      |       |               |                |
| 222/337      | Запеканка из творога с морковью с соусом яблочным 150/20 | 170    | 27                   | 9,08  | 26,7          | 308,6          |
| 338          | Фрукта свежая 1/150                                      | 150    | 0,6                  | 0     | 18,9          | 78             |
|              | Кондитерское изделие                                     | 40     | 2                    | 6,2   | 20,3          | 144            |
| 1091         | Хлеб пшеничный                                           | 30     | 2,66                 | 1     | 14            | 79,8           |
| 1091         | Хлеб ржаной                                              | 30     | 1,83                 | 0,36  | 11,97         | 59,1           |
| 376          | Чай с сахаром 200/15                                     | 215    | 0,2                  | 0     | 15            | 60             |
|              | <b>Итого завтрак:</b>                                    | 635    | 34,29                | 16,64 | 106,87        | 729,5          |
|              | <b>Обед</b>                                              |        |                      |       |               |                |
| 324          | Свекла тушеная                                           | 60     | 1                    | 0,82  | 7,66          | 42,12          |
| 82           | Борщ с капустой свежей и картофелем                      | 200    | 1,46                 | 3,92  | 2,12          | 89,80          |
| Гтк 12       | Отбивная из филе кур 90                                  | 90     | 6,1                  | 21,3  | 12,48         | 271,70         |
| 304          | Пшеничная каша                                           | 150    | 3,77                 | 6,1   | 41,4          | 235,65         |
| 1091         | Хлеб пшеничный                                           | 30     | 2,66                 | 1     | 14            | 79,80          |
| 1091         | Хлеб ржаной                                              | 30     | 1,83                 | 0,36  | 11,97         | 59,10          |
| 349          | Компот из сухофруктов                                    | 200    | 0,08                 | 0     | 21,82         | 87,60          |
|              | <b>Итого обед:</b>                                       | 760    | 16,9                 | 33,5  | 111,45        | 865,77         |
|              | <b>Всего:</b>                                            | 1395   | 51,19                | 50,14 | 218,32        | 1595,27        |





Утверждено:  
Директор МБОУ Гимназии № 4  
Павленко И.Н.

Индивидуальный предприниматель



Мурзин Д.Т.

Меню для питания детей пребывающих в ЛОЛ

05 июля 2024г

| №<br>рецепта | Наименование блюда                           | Масса  | Пищевые вещества (г) |       |               | Энергетическая |
|--------------|----------------------------------------------|--------|----------------------|-------|---------------|----------------|
|              |                                              | порций |                      |       |               | ценность       |
|              |                                              |        | белки                | жиры  | углево-<br>ды | (ккал)         |
|              | <b>Завтрак</b>                               |        |                      |       |               |                |
| 338          | Яблоко 1/150                                 | 150    | 0,1                  | 0     | 37,2          | 90             |
| 294          | Котлета рубленая из курицы 80/20             | 100    | 12,96                | 19,36 | 12,48         | 276,8          |
| 312          | Картофель отварной со сливочным маслом 150/5 | 155    | 3,12                 | 5,1   | 18,75         | 132,6          |
| 1091         | Хлеб пшеничный                               | 30     | 2,66                 | 1     | 14            | 79,8           |
| 1091         | Хлеб ржаной                                  | 30     | 1,83                 | 0,36  | 11,97         | 59,1           |
| 378          | Чай с молоком 150/50/15                      | 215    | 1,4                  | 1,6   | 17,7          | 91             |
|              | <b>Итого завтрак:</b>                        | 680    | 22,07                | 27,42 | 112,1         | 729,3          |
|              | <b>Обед</b>                                  |        |                      |       |               |                |
| 71           | Огурец свежий порционно                      | 60     | 0,5                  | 0     | 2             | 9              |
| 99           | Суп из овощей                                | 200    | 1,4                  | 3,92  | 11,4          | 86,6           |
| 279/330      | Тефтели из говядины 80/50                    | 130    | 22,3                 | 20,25 | 18,3          | 304,5          |
| 302          | Каша рассыпчатая гречневая                   | 150    | 7,2                  | 6,29  | 40,7          | 249,6          |
| 1091         | Хлеб пшеничный                               | 30     | 2,66                 | 1     | 14            | 79,8           |
| 1091         | Хлеб ржаной                                  | 30     | 1,83                 | 0,36  | 11,97         | 59,1           |
| 349          | Компот из сухофруктов                        | 200    | 0,08                 | 0     | 21,82         | 87,6           |
|              | <b>Итого обед:</b>                           | 800    | 35,97                | 31,82 | 120,19        | 876,2          |
|              | <b>Всего:</b>                                | 1480   | 58,04                | 59,24 | 232,29        | 1605,5         |