

« Утверждаю»

ИП Латышева Л.А.

 Латышева Л.А.



« Согласовано»

директор Н-Кривской ООШ
Сингин В.Н.



ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

На льготное горячее питание учащихся с 1 по 4кл. Базковской СОШ, Калининской СОШ,
Меркуловской СОШ, Кружилинской СОШ, Калиновской ООШ, Н-Кривской ООШ

Сезон: осеннее-зимний

Возрастная категория: 7-11 лет от 11 и старше
2020г.

Меню

Организация бесплатного горячего питания

Понедельник

обучающихся, получающих начальное общее

1 неделя

образование (с 1 по 4 кл.)

Завтрак

54,99

Прием пищи, наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г			Энергетич еская ценность, ккал
		белки	жиры	углеводы	
Омлет натуральный	150	11,02	22,73	2,29	263,86
Зеленый горошек	60	1,92	0,12	3,96	24
Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,3	20,7	117
Масло сливочное	10	0,08	7,82	0,06	73,3
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	28,362	116,91
Итого	470	17	31,15	55,372	595,07

Бух. Калькулятор:

Повар:

меню
Вторник
1 неделя
Завтрак

Организация бесплатного горячего питания
обучающихся, получающих начальное общее
образование (с 1 по 4 кл.)
54,99

Прием пищи, наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г			Энергетич еская ценность, ккал
		белки	жиры	углеводы	
Запеканка из творога со сметаной	150/20	40,3	12,1	36,5	252
Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,3	20,7	117
Масло сливочное	10	0,08	7,82	0,06	73,3
Чай с сахаром	200	0,32	0	14	56
Итого	430	44,5	20,22	71,26	498,3

Бух. Калькулятор:

Повар:

еню
Среда
1 неделя
Завтрак

Организация бесплатного горячего питания
обучающихся, получающих начальное общее
образование (с 1 по 4 кл.)

54,99

Прием пищи, наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г			Энергетич еская ценность, ккал
		белки	жиры	углеводы	
Каша пшеничная	150	5,8	5,7	34	210
Оладьи из печени	86	18,4	17,8	11,05	279
Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,3	20,7	117
Огурец соленый	75	0,6	0	1,3	9,8
Сыр	15	3,8	4,8	0	60
Кофейный напиток	200	1,33	1,5	12,77	149,1
Итого	576	33,73	30,1	79,82	824,9

Бух. Калькулятор:

Повар:

Меню
Четверг
1 неделя
Завтрак

Организация бесплатного горячего питания
обучающихся, получающих начальное общее
образование (с 1 по 4 кл.)
54,99

Прием пищи, наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г			Энергетич еская ценность, ккал
		белки	жиры	углеводы	
Каша овсяная вязкая молочная с маслом, сахаром	265	8,281	9,018	38,559	269,33
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,15	10,35	58,5
Масло сливочное	10	0,08	7,82	0,06	73,3
Какао напиток	200	1,33	1,5	12,77	149,1
Итого	500	11,591	18,488	61,739	550,23

Бух. Калькулятор:

Повар:

Меню

Пятница

1 неделя

Завтрак

Организация бесплатного горячего питания

обучающихся, получающих начальное общее

образование (с 1 по 4 кл.)

54,99

Прием пищи, наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г			Энергетич еская ценность, ккал
		белки	жиры	углеводы	
Каша гречневая вязкая	150	4,5	5,1	21,9	151
Колбаса варенная отварная	80	10,5	17,8	1,2	205
Огурец соленый	75	0,6	0	1,3	9,8
Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,3	20,7	117
Чай с сахаром	200	0,32	0	14	56
Итого	555	19,72	23,2	59,1	538,8

Бух. Калькулятор:

Повар:

еню

Организация бесплатного горячего питания

Понедельник

обучающихся, получающих начальное общее

2 неделя

образование (с 1 по 4 кл.)

Завтрак

54,99

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность , ккал
		белки	жиры	углеводы	
Макароны отварные	200	7,536	5,959	48,031	276,11
Сосиска отварная	80	10,6	15,28	36,96	255,68
Зеленый горошек	60	1,92	0,12	3,96	24
Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,3	20,7	117
Кофейный напиток	200	1,33	1,5	12,77	149,1
Итого	590	25,186	23,159	122,421	821,89

Бух. Калькулятор:

Повар:

Организация бесплатного горячего питания
обучающихся, получающих начальное общее
образование (с 1 по 4 кл.)

54,99

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность , ккал
		белки	жиры	углеводы	
Сырники (запеканка) из творога со сметаной	142/22	44,852	37,629	32,939	155,2
Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,3	20,7	117
Масло сливочное	10	0,08	7,82	0,06	73,3
Сыр	15	3,8	4,8	0	60
Какао с молоком	200	3,8	3,1	25,17	145
Итого	439	56,332	53,649	78,869	550,5

Бух. Калькулятор:

Повар:

меню

Организация бесплатного горячего питания

Среда

обучающихся, получающих начальное общее

2 неделя

образование (с 1 по 4 кл.)

Завтрак

54,99

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность , ккал
		белки	жиры	углеводы	
Омлет натуральный	150	11,02	22,73	2,29	263,86
Икра кабачковая	100	0,5	2	3,25	32,8
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,15	10,35	58,5
Кофейный напиток	200	1,33	1,5	12,77	149,1
Итого	275	14,75	26,38	28,66	504,26

Бух. Калькулятор:

Повар:

ню
Четверг
2 неделя
Завтрак

Организация бесплатного горячего питания
обучающихся, получающих начальное общее
образование (с 1 по 4 кл.)
54,99

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность , ккал
		белки	жиры	углеводы	
Каша рисовая вязкая молочная с маслом, сахаром	265	6,3	7,09	44,8	269
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,15	10,35	58,5
Сыр	15	3,8	4,8	0	60
Чай с сахаром	200	0,32	0	14	56
Итого	305	12,32	12,04	69,15	443,5

Бух. Калькулятор:

Повар:

Меню

Организация бесплатного горячего питания

Пятница

обучающихся, получающих начальное общее

2 неделя

образование (с 1 по 4 кл.)

Завтрак

54,99

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность , ккал
Картофель отварной	150	3,5	4,5	23,7	253,06
Биточки рыбные	78	14,8	5,4	15,5	165
Огурец соленый	75	0,6	0	1,3	9,8
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,15	10,35	58,5
Чай с сахаром	200	0,32	0	14	56
Итого	528	21,12	10,05	64,85	542,36

Бух. Калькулятор:

Повар: