

Согласовано:

МАОУ "Гимназия № 80 г. Челябинска"


А.В. Макарова
" 09 " _____ 2024 г.


Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Детское
общественное питание - ДОП"


Е.В. Вахитова
_____ 2024 г.


**Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание
в размере 78,78 руб. (завтрак)
(1 - 4 класс)**

Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 78,78 руб. (завтрак) 1-4 кл

Категории:

- Обучающиеся по образовательным программам начального общего образования, не отнесенные к отдельным категориям.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3		4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ				19,27	19,85	110,18	703,73
	ЗАВТРАК			19,27	19,85	110,18	703,73
15/15	Сыр (порциями)	10	13,50	2,32	2,95	0,00	35,83
182/15	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	205	29,89	6,81	10,45	29,51	246,60
	Пряник	40	12,66	2,59	3,28	27,32	149,20
379/15	Кофейный напиток с молоком	200	17,02	3,60	2,67	29,20	155,20
	Хлеб пшеничный	50	5,71	3,95	0,50	24,15	116,90
	Итого:	505	78,78				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ				22,72	19,17	79,91	589,68
	ЗАВТРАК			22,72	19,17	79,91	589,68
295/15	Котлеты из мяса птицы	100	55,01	13,14	11,17	17,79	230,88
202/15	Макаронные изделия отварные	150	15,37	5,10	7,50	28,50	201,90
376/15	Чай с сахаром	200	2,69	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	50	5,71	3,95	0,50	24,15	116,90
	Итого:	500	78,78				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ				18,64	34,25	73,99	682,23
	ЗАВТРАК			18,64	34,25	73,99	682,23
316/15	Свекла отварная (порционно)	60	3,84	1,08	0,06	5,88	28,80
259/15	Жаркое по-домашнему	200	59,52	14,05	33,71	18,94	437,71
348/15	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	10,85	0,35	0,08	29,85	122,20
	Хлеб пшеничный	40	4,57	3,16	0,40	19,32	93,52
	Итого:	500	78,78				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ				21,31	9,65	70,21	453,21
	ЗАВТРАК			21,31	9,65	70,21	453,21
291/15	Плов из филе птицы	200	57,58	18,01	8,95	36,45	298,67
376/15	Чай с сахаром	200	2,69	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	30	3,43	2,37	0,30	14,49	70,14
	Фрукт свежий	100	15,08	0,40	0,40	9,80	44,40
	Итого:	530	78,78				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ				18,91	13,29	88,00	552,39
	ЗАВТРАК			18,91	13,29	88,00	552,39
ТТК 370	Голубцы ленивые мясные	115	55,59	6,32	8,79	19,37	187,01
302/15	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,93	8,90	4,10	39,84	231,86
376/15	Чай с сахаром	200	2,69	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	40	4,57	3,16	0,40	19,32	93,52
	Итого:	505	78,78				

ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ				18,19	18,35	66,38	511,01
	ЗАВТРАК			18,19	18,35	66,38	511,01
210/15	Омлет натуральный	70	37,24	6,50	11,59	1,23	135,17
182/15	Каша молочная пшенная (жидкая) с маслом сливочным	205	29,55	7,80	5,11	34,76	224,70
378/15	Чай с молоком	200	8,56	1,52	1,35	15,90	81,00
	Хлеб пшеничный	30	3,43	2,37	0,30	14,49	70,14
Итого:		505	78,78				
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ				19,82	31,08	84,74	702,15
	ЗАВТРАК			19,82	31,08	84,74	702,15
ТТК № 156	Котлета по-Курявски с соусом	70/30	48,93	11,75	23,00	9,13	290,90
304/15	Рис отварной	150	17,23	3,67	5,42	36,67	210,11
	Печенье	20	6,50	1,50	2,36	14,98	91,00
376/15	Чай с сахаром	200	2,69	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	30	3,43	2,37	0,30	14,49	70,14
Итого:		500	78,78				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ				25,96	30,04	78,70	688,21
	ЗАВТРАК			25,96	30,04	78,70	688,21
271/15	Котлета домашняя с соусом	100/10	55,59	13,37	25,54	10,07	322,83
302/15	Каша гречневая рассыпчатая	150	15,93	8,90	4,10	39,84	231,86
376/15	Чай с сахаром	200	2,69	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	40	4,57	3,16	0,40	19,32	93,52
Итого:		500	78,78				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ				19,46	36,15	100,46	806,26
	ЗАВТРАК			19,46	36,15	100,46	806,26
260/15	Гуляш из свинины	50/50	48,80	10,64	28,19	2,89	309,00
312,321/15	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушенная)	75/75	8,94	3,71	7,16	26,16	183,98
349/15	Компот из смеси сухофруктов	200	15,33	1,16	0,30	47,26	196,38
	Хлеб пшеничный	50	5,71	3,95	0,50	24,15	116,90
Итого:		500	78,78				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ				21,83	21,51	81,77	620,10
	ЗАВТРАК			21,83	21,51	81,77	620,10
45/15	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	6,23	0,80	3,65	5,11	56,47
291/15	Плов из филе птицы	200	51,35	17,73	17,16	42,90	409,09
376/15	Чай с сахаром	200	2,69	0,53	0,00	9,47	40,00
	Хлеб пшеничный	30	3,43	2,37	0,30	14,49	70,14
	Фрукт свежий	100	15,08	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого:		590	78,78				