

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ООО «Орфей»

Л.А. Грошева



«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ СОШ № 1 м.р. Безенчукский
Самарской области



О.А. Энговатов

МЕНЮ-ГОРЯЧИЕ ЗАВТРАКИ

Для учащихся начальных классов (первая смена) школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района Самарской области
на период с 15 февраля 2021г по 20 февраля 2021г.

Меню разработано с использованием литературы:

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2015 год.

Меню

для учащихся начальных классов (первая смена) школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с 15.02.2021г. 18.02.2021г.

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность			Энергет. ценность	Витамины				Минеральные вещества				
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
15.02																	
	174	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром	200/10/10	17,37	5,87	11,77	51,64	335,25	0,06	1,30	0,06	0,28	124,66	187,11	110,88	0,55	
	209	Яйцо вареное	1шт	10,00	5,08	4,60	0,28	62,84	0,03	0,00	100,00	0,24	22	76,8	4,8	1	
		Батон	60	5,58	5,52	0,54	34,80	170,00	0,08	0,00	0,00	0,00	13,34	39	20,66	0,6	
		Паста шоколадная	35	22,74	7,50	4,00	5,75	89,00	0,02	0,25	20	0,1	74	99	10,5	0,2	
	377	Чай с сахаром и лимоном+витамин С	200/15/7	3,41	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2	
		Итого:		59,10	24,29	21,11	120,54	768,85	0,2	22,55	120,07	0,74	248,8	413,91	157,24	2,55	
16.02	67	Винегрет овощной	70	6,94	1,06	7,60	5,44	94,61	0,04	7,28	0,17	3,41	16,2	32,87	14,2	0,58	
	291	Плов из куриного филе	50/150	34,13	13,50	15,45	39,34	328,48	0,08	1,64	0,28	3,79	17,14	130,13	35,06	1,25	
		Батон	30	2,79	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33	
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33	
	14	Масло сливочное порционно	15	9,75	0,08	12,38	0,12	112,20	0	0,00	0,06	0,15	3,6	4,5	0	0,03	
	377	Чай с сахаром и лимоном+витамин С	200/15/6	3,24	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2	
		Итого:		59,10	19,61	36,17	102,04	788,59	0,19	29,92	0,52	7,89	64,64	225,1	73,76	2,72	
17.02	233	Рыба с картоф пюре запеченая под молочным соусом	30/70	24,99	7,43	7,88	10,42	137,83	0,06	3,83	0,07	0,34	48,83	104,01	27,37	0,72	
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33	
	14	Масло сливочное порционно	18	12,31	0,20	14,40	0,26	131,44	0	0,00	80,00	0,20	4,8	6	0	0	
		Булочка слобная	100	17,52	1,40	6,30	5,98	85,40	0,01	4,90	0,11	2,17	28,7	25,9	10,5	0,49	
	377	Чай с сахаром +витам С	200/15	2,03	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28	
		Итого:		59,10	3,95	20,96	35,82	348,24	0,04	4,93	80,11	2,40	50,6	54,2	16,1	1,1	
18.02	278	Тефтели из говядины	60/50	30,80	3,08	7,63	7,71	110,14	0,03	1,80	0,00	2,76	8,13	19,11	23,35	0,23	
	312	Картофельное пюре	150,00	10,89	3,08	2,33	1,43	109,73	1,16	3,75	33,15	0,15	38,25	76,95	26,7	0,86	
	15	Сыр порционно	15,00	10,88	4,60	4,78	0,00	72,00	0,01	0,14	0,05	0,10	176	100	7	0,2	
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33	
		Батон	30	2,25	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	0,66	
	377	Чай с сахаром +витам С	200/15	2,03	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28	
		Итого		59,10	17,67	15,48	67,88	566,07	1,29	5,72	33,20	3,10	251,48	257,36	71,05	2,56	

Меню

для учащихся начальных классов(первая смена) школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период 19.02.2021г-20.02.2021г

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергет.ценность	Витамины				Минеральные вещества				
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
19.02	289	Пагу из птицы(филе)	50/150	33,80	10,95	16,49	16,04	235,66	0,13	19,27	0,48	4,40	39,12	135,27	34,85	1,68	
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33	
		Йогурт "Услада"	1/95	19,64	5,13	1,88	7,38	66,88	0,04	0,75	12,50	0,00	155	118,75	18,75	0,13	
377		Чай с сахаром и лимоном+витами С	200/15/7	3,41	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2	
		Итого :		59,10	18,68	18,81	66,07	485,70	0,08	41,02	12,51	0,15	175,8	150,25	33,35	0,66	
20.02	243	Сосиска отварная с соусом	50/50	24,10	5,58	10,00	3,91	127,95	0,0125	0,67	16,90	0,30	24,22	63,99	10,195	0,799	
		Макароны отварные	150	8,19	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06	0,00	0,00	1,95	12	34,5	7,5	0,75	
	377		Хлеб пшеничный	40	3,00	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
			Чай с сахаром и лимоном+витами С	200/15/7	3,41	0,13	0,02	15,20	62,00	0	2,83	0,00	0,00	14,2	4,4	2,4	0,36
			Печенье	75	20,40	3,35	3,78	36,03	191,50	0,08	0,00	20,00	0,00	9,875	37,485	13,9	0,715
		Итого :		59,10	6,64	4,20	70,55	347,02	0,12	2,83	20,00	0,52	33,275	76,685	29,5	1,515	

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ООО «Орфей»

Л.А. Грошева



«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ СОШ № 1 м.р. Безенчукский Самарской области



О.А. Энговатов

МЕНЮ (для групп продленного дня)

Для учащихся школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района Самарской области
на период с 15 февраля 2021г по 20 февраля 2021г.

Меню разработано с использованием литературы:

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2015 год.

Меню для групп продленного дня

для учащихся школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с 15.02.2021г.
18.02.2021г.

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность			Энергет. ценность	Витамины				Минеральные вещества			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
15.02	102	Суп картофельный с горохом	200	6,20	6,33	5,63	24,15	174,73	0,29	12,94	0,34	0,33	37,25	108,75	42,88	2,51
	251	Поджарка из говядины	40/15	46,51	3,73	7,05	2,10	89,48	0,03	0,33	0,06	1,38	5,93	6,94	32,71	0,11
	171	Каша гречневая(гарнир)	150	11,76	8,27	8,89	40,64	279,95	0,2	0,00	0,03	0,62	15,03	197,14	130,67	4,39
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81
	377	Чай с сахаром	200/15	2,03	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
		Итого:		71,00	22,87	22,22	107,12	732,26	0,6	13,30	0,43	2,78	86,41	388,53	228,36	8,43
16.02	96	Рассольник по-ленинградски со сметаной	200/10	11,00	2,83	6,34	14,14	127,82	0,09	6,18	0,25	0,2	21,82	57,72	31,43	0,78
	294	Котлета из куриного филе с соусом	50/25	19,76	7,39	7,17	7,97	106,24	0,04	0,74	0,01	1,51	6,7	56,87	7,64	0,58
	202	Макароны отварные	150	8,19	5,14	7,28	30,45	205,44	0,05	0,00	0,03	0,63	4,03	35,88	6,8	0,76
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81
		Фруктовая нарезка(яблоко)	110	23,14	2,37	0,52	21,40	99,90	0,09	101,15	0,00	0,52	89,8	60,77	34,36	0,78
	342	Коипот из сухофруктов	200.	4,41	0,46	0,00	29,76	116,00	0	3	0	0,06	7,4	6	5,2	0,1
		Итого:		71,00	22,66	21,94	128,95	783,50	0,35	111,07	0,29	3,37	146,85	290,14	106,13	4,14
17.02	112	Суп вермишелевый с куриной грудкой	200/12,5	10,20	3,93	3,46	16,64	111,80	0,09	12,20	0,23	0,28	14,21	68,2	21,39	0,93
	266	Бифштекс из говядины с соусом	53/15	46,78	10,86	14,56	2,81	186,04	0,04	0,54	13,52	0,00	19	102,53	14,52	1,64
	321	Капуста тушеная	110	7,49	4,35	12,00	33,21	258,24	0,06	32,40	0,00	1,65	113,7	89,25	42,9	3,45
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81
	377	Чай с сахаром	200/15	2,03	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
		Итого:		71,00	19,75	27,21	76,25	632,38	0,18	32,97	13,52	2,10	160,9	267,48	79,52	6,51
18.02	42	Салат картоф с зелен горош и солен огурцом	55	7,05	1,77	6,25	9,93	105,11	0,08	13,20	0,06	2,76	15,37	47,62	18,9	0,74
	88	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	9,73	2,57	6,19	7,76	97,46	0,06	17,54	0,22	0,20	36,27	43,79	27,27	0,65
	260	Гуляш из куриного филе	50/50	33,02	11,14	12,99	2,80	155,37	0,05	1,10	0,04	2,02	11,7	100,11	14,77	0,95
	202	Макароны отварные	150	8,19	5,14	7,28	30,45	205,44	0,05	0,00	0,03	0,63	4,03	35,88	6,8	0,76
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81
	342	Напиток из свежих яблок	200.	8,51	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6	0	0,16+	4	3,2	0,8	0,4
		Итого		71,00	25,25	33,50	104,04	800,44	0,33	33,44	0,35	6,06	88,47	303,5	89,24	4,64

Меню для групп продленного дня
 для учащихся школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период 19.02.2021г-
 20.02.2020г

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергет.це нность	Витамины				Минеральные вещества			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
19,02	73	Икра кабачковая	30	3,47	0,45	2,18	2,43	31,17	0,018	2,93	0,00	1,08	44,29	25,05	7,77	0,31
	82	Борщ из свеж капусты со сметаной	250/10	11,17	2,09	6,06	14,04	114,74	0,05	10,26	0,27	0,28	43,5	59,05	26,05	1,19
	301	Кнели из филе кур с соусом	80/25	35,69	13,34	19,86	5,06	252,00	0,04	1,46	104,8	0	57,6	88	14,52	1,22
	171	Каша гречневая (гарнир)	150	11,76	8,27	8,89	40,64	279,95	0,2	0,00	0,03	0,62	15,03	197,14	130,67	4,39
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81
	349	Компот из сухофруктов+витам С	200	4,41	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,8	0	0,2	5,84	46	33	0,96
		И т о г о :		71,00	29,78	37,92	134,66	1002,34	0,34	15,45	104,83	1,27	95,57	404,04	198,89	7,71
20,02		Кукуруза порционно	30	6,88	0,88	4,89	3,65	62,16	0,04	14,44	0,00	0,00	14,19	25,47	13,96	0,67
	96	Рассольник по-ленинградски со сметаной	250/10	13,80	2,02	5,09	11,98	107,25	0,09	8,38	0,00	0,00	29,15	56,73	24,18	0,925
	291	Плов из куриного филе	50/150	34,13	13,50	15,45	39,34	328,48	0,08	1,64	0,28	3,79	17,14	130,13	35,06	1,25
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81
	342	Компот из свежих ягод	200	11,69	0,52	0,18	24,84	102,90	0,02	59,4	0	0,2	23,4	23,4	17	60,3
		И т о г о :		71,00	18,49	16,26	89,41	559,48	0,18	61,04	0,28	4,44	57,64	226,43	72,76	62,69

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ООО «Орфей»

Л.А. Грошева



«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ СОШ № 1 м.р. Безенчукский
Самарской области



О.А. Энговатов

МЕНЮ

Для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района Самарской области
на период с 15 февраля 2021г по 20 февраля 2021г.

Меню разработано с использованием литературы:

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2015 год.

Меню

для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с
15.02.2021г. 16.02.2021г.

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность			Энергет. ценность	Витамины				Минеральные вещества			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
15.02																
завтрак	174	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром	200/10/10	17,37	5,87	11,77	51,64	335,25	0,06	1,30	0,06	0,28	124,66	187,11	110,88	0,55
	209	Яйцо вареное	шт	10,00	5,08	4,60	0,28	62,84	0,03	0,00	100,00	0,24	22	76,8	4,8	1
		Батон	60	5,58	5,52	0,54	34,80	170,00	0,08	0,00	0,00	0,00	13,34	39	20,66	0,6
		Паста шоколадная	35	22,74	7,50	4,00	5,75	89,00	0,02	0,25	20	0,1	74	99	10,5	0,2
	377	Чай с сахаром и лимоном+витамин С	200/15/7	3,41	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2
		Итого завтрак:		59,10	24,29	21,11	120,54	768,85	0,2	22,55	120,07	0,74	248,8	413,91	157,24	2,55
обед	102	Суп картофельный с горохом	250	7,62	6,33	5,63	24,15	174,73	0,29	12,94	0,34	0,33	37,25	108,75	42,88	2,51
	251	Поджарка из говядины	45/15	49,11	3,73	7,05	2,10	89,48	0,03	0,33	0,06	1,38	5,93	6,94	32,71	0,11
	171	Каша гречневая(гарнир)	150	11,76	8,27	8,89	40,64	279,95	0,2	0,00	0,03	0,62	15,03	197,14	130,67	4,39
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81
	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,41	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	6	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2
		Итого обед:		76,40	23,12	22,40	120,19	784,02	0,61	19,27	0,44	2,90	90,11	397,73	237,36	8,35
		ВСЕГО ЗА 15.02		135,50	47,41	43,51	240,73	1552,87	0,81	41,82	120,51	3,64	338,91	811,64	394,6	10,9
16.02																
завтрак	67	Винегрет овощной	70	6,94	1,06	7,60	5,44	94,61	0,04	7,28	0,17	3,41	16,2	32,87	14,2	0,58
	291	Плов из куриного филе	50/150	34,13	13,50	15,45	39,34	328,48	0,08	1,64	0,28	3,79	17,14	130,13	35,06	1,25
		Батон	30	2,79	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
	14	Масло сливочное порционно	15	9,75	0,08	12,38	0,12	112,20	0	0,00	0,06	0,15	3,6	4,5	0	0,03
	377	Чай с сахаром и лимоном+витамин С	200/15/6	3,24	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2
		Итого завтрак:		59,10	18,55	28,57	96,60	693,98	0,15	22,64	0,35	4,48	48,44	192,23	59,56	2,14
обед	96	Рассольник по-ленинградски со сметаной	250/10	13,80	2,83	6,34	14,14	127,82	0,09	6,18	0,25	0,2	21,82	57,72	31,43	0,78
	294	Котлета из куриного филе с соусом	50/50	22,36	7,39	7,17	7,97	106,24	0,04	0,74	0,01	1,51	6,7	56,87	7,64	0,58
	202	Макароны отварные	150	8,19	5,14	7,28	30,45	205,44	0,05	0,00	0,03	0,63	4,03	35,88	6,8	0,76
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Фруктовая нарезка(яблоко)	110	23,14	2,37	0,52	21,40	99,90	0,09	101,15	0,00	0,52	89,8	60,77	34,36	0,78
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81
	342	Кошот из сухофруктов	200	4,41	0,46	0,00	29,76	116,00	0	3	0	0,06	7,4	6	5,2	0,1
		Итого обед		76,40	22,66	21,94	128,95	783,50	0,35	111,07	0,29	3,37	146,85	290,14	106,13	4,14
		ВСЕГО ЗА 16.02		135,50	41,21	50,51	225,55	1477,48	0,5	133,71	0,64	7,85	195,29	482,37	165,69	6,28

Меню

для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с
17.02.2021г. 18.02.2021г.

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность			Энергет. ценность	Витамины				Минеральные вещества			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
17.02	233	Рыба с картоф пюре запеченая под молочным соусом	30/70	24,99	7,43	7,88	10,42	137,83	0,06	3,83	0,07	0,34	48,83	104,01	27,37	0,72
завтрак		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
	14	Масло сливочное порционно	18	12,31	0,20	14,40	0,26	131,44	0	0,00	80,00	0,20	4,8	6	0	0
		Булочка слобная	100	17,52	1,40	6,30	5,98	85,40	0,01	4,90	0,11	2,17	28,7	25,9	10,5	0,49
	377	Чай с сахаром +витам С	200/15	2,03	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
		Итого:		59,10	11,38	28,84	46,24	486,07	0,1	8,76	80,18	2,74	99,43	158,21	43,47	1,82
обед	112	Суп вермишелевый с куриной грудкой	200/12,5	10,20	3,93	3,46	16,64	111,80	0,09	12,20	0,23	0,28	14,21	68,2	21,39	0,93
	266	Бифштекс из говядины с соусом	53/50	49,58	10,86	14,56	2,81	186,04	0,04	0,54	13,52	0,00	19	102,53	14,52	1,64
	321	Капуста тушеная	150	10,09	4,35	12,00	33,21	258,24	0,06	32,40	0,00	1,65	113,7	89,25	42,9	3,45
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81
	377	Чай с сахаром	200/15	2,03	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
		Итого обед:		76,40	23,68	30,67	92,89	744,18	0,27	45,17	13,75	2,38	175,11	335,68	100,91	7,44
Всего за 17.02:				135,50	35,06	59,51	139,13	1230,25	0,37	53,93	93,93	5,12	274,54	493,89	144,38	9,26
18.02	278	Тефтели из говядины	60/50	30,80	3,08	7,63	7,71	110,14	0,03	1,80	0,00	2,76	8,13	19,11	23,35	0,23
завтрак	312	Картофельное пюре	150,00	10,89	3,08	2,33	1,43	109,73	1,16	3,75	33,15	0,15	38,25	76,95	26,7	0,86
	15	Сыр порционно	15,00	10,88	4,60	4,78	0,00	72,00	0,01	0,14	0,05	0,10	176	100	7	0,2
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Батон	30	2,25	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	0,66
	377	Чай с сахаром +витам С	200/15	2,03	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
		Итого завтрак:		59,10	17,67	15,48	67,88	566,07	1,29	5,72	33,20	3,10	251,48	257,36	71,05	2,56
обед	42	Салат картоф с зелен горош и солен огурцом	100	12,45	1,77	6,25	9,93	105,11	0,08	13,20	0,06	2,76	15,37	47,62	18,9	0,74
	88	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	9,73	2,57	6,19	7,76	97,46	0,06	17,54	0,22	0,20	36,27	43,79	27,27	0,65
	260	Гуляш из куриного филе	50/50	33,02	11,14	12,99	2,80	155,37	0,05	1,10	0,04	2,02	11,7	100,11	14,77	0,95
	202	Макароны отварные	150	8,19	5,14	7,28	30,45	205,44	0,05	0,00	0,03	0,63	4,03	35,88	6,8	0,76
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81
	342	Напиток из свежих яблок	200.	8,51	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6	0	0,16+	4	3,2	0,8	0,4
		Итого обед:		76,40	25,25	33,50	104,04	800,44	0,33	33,44	0,35	6,06	88,47	303,5	89,24	4,64
Всего за 18.02				135,50	42,92	48,98	171,92	1366,51	1,62	39,16	33,55	9,16	339,95	560,86	160,29	7,2

Меню

для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на 19.02.2021г

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергет.це нность	Витамины				Минеральные вещества			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
19.02	289	Рагу из птицы(филе)	50/150	33,80	10,95	16,49	16,04	235,66	0,13	19,27	0,48	4,40	39,12	135,27	34,85	1,68
завтрак		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Йогурт "Услада"	1/95	19,64	5,13	1,88	7,38	66,88	0,04	0,75	12,50	0,00	155	118,75	18,75	0,13
	377	Чай с сахаром и лимоном+витами С	200/15/7	3,41	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2
		Итого завтрак:		59,10	18,68	18,81	66,07	485,70	0,08	41,02	12,51	0,15	175,8	150,25	33,35	0,66
	73	Икра кабачковая	55	6,27	0,45	2,18	2,43	31,17	0,018	2,93	0,00	1,08	44,29	25,05	7,77	0,31
обед	82	Борщ из свеж капусты со сметаной	250/10	11,17	2,09	6,06	14,04	114,74	0,05	10,26	0,27	0,28	43,5	59,05	26,05	1,19
	301	Кнели из филе кур с соусом	80/50	38,29	13,34	19,86	5,06	252,00	0,04	1,46	104,8	0	57,6	88	14,52	1,22
	171	Каша гречневая (гарнир)	150	11,76	8,27	8,89	40,64	279,95	0,2	0,00	0,03	0,62	15,03	197,14	130,67	4,39
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,65	56,70	0,05	0	0	0,42	11,1	53,4	16,5	0,81
	349	Компот из сухофруктов+витами С	200	4,41	1,16	0,30	47,26	196,38	0,02	0,8	0	0,2	5,84	46	33	0,96
		Итого обед:		76,40	27,24	29,68	118,19	856,43	0,34	2,26	104,83	1,27	95,57	404,04	198,89	7,71
		ВСЕГО ЗА 19.02		135,50	45,92	48,49	603,89	1342,13	1,04	43,28	117,34	1,42	271,37	554,29	232,24	8,37

Меню

для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на 20.02.2021г

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность			Энергет. ценность	Витамины				Минеральные вещества				
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
20.02																	
завтрак	243	Сосиска отварная с соусом	50/50	24,10	5,58	10,00	3,91	127,95	0,0125	0,67	16,90	0,30	24,22	63,99	10,195	0,799	
	202	Макароны отварные	150	8,19	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06	0,00	0,00	1,95	12	34,5	7,5	0,75	
		Хлеб пшеничный	40	3,00	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	0,00	0,00	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44	
	377	Чай с сахаром и лимоном+ витамин С	200/15/7	3,41	0,13	0,02	15,20	62,00	0	2,83	0	0	14,2	4,4	2,4	0,36	
		Печенье	75	20,40	3,35	3,78	36,03	191,50	0,08	0,00	20,00	0,00	9,875	37,485	13,9	0,715	
		Итого завтрак:		59,10	17,32	21,69	102,96	676,87	0,19	3,50	36,90	2,77	69,50	175,18	47,20	3,06	
обед		Кукуруза порционно	50	10,03	0,88	4,89	3,65	62,16	0,04	14,44	0,00	0,00	14,19	25,47	13,96	0,67	
	96	Рассольник по-ленинградски со сметаной	250/10	13,80	2,02	5,09	11,98	107,25	0,09	8,375	0	0	29,15	56,73	24,18	0,925	
	291	Плов из куриного филе	50/150	34,13	13,50	15,45	39,34	328,48	0,08	1,64	0,28	3,79	17,14	130,13	35,06	1,25	
		Хлеб пшеничный	60	4,50	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0,00	0,00	0,78	13,8	52,2	19,8	0,66	
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	1,68	0,33	14,82	68,97	0,03	0	0	0,27	6,9	31,8	7,5	0,93	
	342	Компот из свежих ягод	200	11,69	0,52	0,18	24,84	102,90	0,02	59,4	0	0,2	23,4	23,4	17	60,3	
		Итого обед:		76,40	23,34	26,54	123,61	810,04	0,32	83,86	0,28	5,04	104,58	319,73	117,50	64,74	
		ВСЕГО ЗА 20.02		135,50	40,66	48,23	226,57	1486,91	0,51	87,35	37,18	7,81	174,08	494,91	164,70	67,80	

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ООО «Орфей»

Л.А. Грошева



«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ СОШ № 1 м.р. Безенчукский
Самарской области



О.А. Энговатов

МЕНЮ-горячие завтраки с первыми блюдами-родительская плата

Для учащихся школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района Самарской области

на период с 15 февраля 2021г по 20 февраля 2021г.

Меню разработано с использованием литературы:

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2015 год.

Меню -горячие завтраки +первое блюдо-родительская плата

для учащихся школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с 15.02.2021г.

18.02.2021г.

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергет. ценность	Витамины				Минеральные вещества			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
15.02	102	Суп картофельный с горохом	300	9,14	6,33	5,63	24,15	174,73	0,29	12,94	0,34	0,33	37,25	108,75	42,88	2,51
	174	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром	200/14/10	20,13	5,87	11,77	51,64	335,25	0,06	1,30	0,06	0,28	124,66	187,11	110,88	0,55
	209	Яйцо вареное	1штг	10,00	5,08	4,60	0,28	62,84	0,03	0,00	100,00	0,24	22	76,8	4,8	1
		Батон	60	5,58	5,52	0,54	34,80	170,00	0,08	0,00	0,00	0,00	13,34	39	20,66	0,6
		Паста шоколадная	35	22,74	7,50	4,00	5,75	89,00	0,02	0,25	20	0,1	74	99	10,5	0,2
	377	Чай с сахаром и лимоном+витамин С	200/15/7	3,41	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2
		Итого:		71,00	24,29	21,11	120,54	768,85	0,2	22,55	120,07	0,74	248,8	413,91	157,24	2,55
16.02	67	Винегрет овощной	50	5,04	1,06	7,60	5,44	94,61	0,04	7,28	0,17	3,41	16,2	32,87	14,2	0,58
	96	Рассольник по-ленинградски со с	250/10	13,8	2,83	6,34	14,14	127,82	0,09	6,18	0,25	0,20	21,82	57,72	31,43	0,78
	291	Плов из куриного филе	50/150	34,13	13,50	15,45	39,34	328,48	0,08	1,64	0,28	3,79	17,14	130,13	35,06	1,25
		Батон	30	2,79	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
	14	Масло сливочное порционно	15	9,75	0,08	12,38	0,12	112,20	0	0,00	0,06	0,15	3,6	4,5	0	0,03
	377	Чай с сахаром и лимоном+витамин С	200/15/6	3,24	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2
		Итого:		71,00	22,44	42,51	116,18	916,41	0,28	36,10	0,77	8,09	86,46	282,82	105,19	3,5
17.02	112	Суп вермишелевый с куриной грудкой	250/12,5	11,90	3,93	3,46	16,64	111,80	0,09	12,20	0,23	0,28	14,21	68,2	21,39	0,93
	233	Рыба с картоф пюре запеченая под молочным соусом	30/70	24,99	7,43	7,88	10,42	137,83	0,06	3,83	0,07	0,34	48,83	104,01	27,37	0,72
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
	14	Масло сливочное порционно	18	12,31	0,20	14,40	0,26	131,44	0	0,00	80,00	0,20	4,8	6	0	0
		Булочка слобная	100	17,52	1,40	6,30	5,98	85,40	0,01	4,90	0,11	2,17	28,7	25,9	10,5	0,49
	377	Чай с сахаром +витам С	200/15	2,03	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
		Итого:		71,00	3,95	20,96	35,82	348,24	0,04	4,93	80,11	2,40	50,6	54,2	16,1	1,1
18.02	88	Щи из свежей капусты со сметан	300/10	11,90	2,57	6,19	7,76	97,46	0,06	17,54	0,22	0,20	36,27	43,79	27,27	0,65
	278	Тефтели из говядины	60/50	30,80	3,08	7,63	7,71	110,14	0,03	1,80	0,00	2,76	8,13	19,11	23,35	0,23
	312	Картофельное пюре	150,00	10,89	3,08	2,33	1,43	109,73	1,16	3,75	33,15	0,15	38,25	76,95	26,7	0,86
	15	Сыр порционно	15,00	10,88	4,60	4,78	0,00	72,00	0,01	0,14	0,05	0,10	176	100	7	0,2
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Батон	30	2,25	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	0,66
	377	Чай с сахаром +витам С	200/15	2,03	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
		Итого		71,00	20,24	21,67	75,64	663,53	1,35	23,26	33,42	3,30	287,75	301,15	98,32	3,21

Меню-горячие завтраки+первое блюдо-родительская плата

для учащихся школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период 19.02.2021г-
20.02.2021г

Дата	№ рецепт	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергет. ценность	Витамины				Минеральные вещества			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
19.02	82	Борщ из свеж капусты со сметаной	270/10	11,90	2,09	6,06	14,04	114,74	0,05	10,26	0,27	0,28	43,5	59,05	26,05	1,19
	289	Рагу из птицы(филе)	50/150	33,80	10,95	16,49	16,04	235,66	0,13	19,27	0,48	4,40	39,12	135,27	34,85	1,68
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Йогурт "Услада"	1/95	19,64	5,13	1,88	7,38	66,88	0,04	0,75	12,50	0,00	155	118,75	18,75	0,13
	377	Чай с сахаром и лимоном+витами С	200/15/7	3,41	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2
		Итого :		71,00	20,77	24,87	80,11	600,44	0,08	51,28	12,51	0,15	175,8	150,25	33,35	0,66
	96	Рассольник по-ленинградски со с	210/10	11,90	2,02	5,09	11,98	107,25	0,09	8,38	0,00	0,00	29,15	56,73	24,18	0,925
20.02	243	Сосиска отварная с соусом	50/50	24,10	5,58	10,00	3,91	127,95	0,0125	0,67	16,90	0,30	24,22	63,99	10,195	0,799
	202	Макароны отварные	150	8,19	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06	0,00	0,00	1,95	12	34,5	7,5	0,75
		Хлеб пшеничный	40	3,00	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
	377	Чай с сахаром и лимоном+витами С	200/15/7	3,41	0,13	0,02	15,20	62,00	0	2,83	0,00	0,00	14,2	4,4	2,4	0,36
		Печенье	75	20,40	3,35	3,78	36,03	191,50	0,08	0,00	20,00	0,00	9,875	37,485	13,9	0,715
		Итого :		71,00	6,64	4,20	70,55	347,02	0,12	2,83	20,00	0,52	33,275	76,685	29,5	1,515

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ООО «Орфей»

Л.А. Грошева



«СОГЛАСОВАНО»

Директор ГБОУ СОШ № 1 м.р. Безенчукский
Самарской области



О.А. Энговатов

МЕНЮ-ГОРЯЧИЕ ЗАВТРАКИ

(РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА)

Для учащихся школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района Самарской области

на период с 15 февраля 2021г по 20 февраля 2021г.

Меню разработано с использованием литературы:

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2015 год.

Меню - горячие завтраки (родительская плата)

для учащихся школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с 15.02.2021г.

18.02.2021г.

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность			Энергет. ценность	Витамины				Минеральные вещества				
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
15.02																	
	174	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром	200/7/10	17,37	5,87	11,77	51,64	335,25	0,06	1,30	0,06	0,28	124,66	187,11	110,88	0,55	
	209	Яйцо вареное	1шт	10,00	5,08	4,60	0,28	62,84	0,03	0,00	100,00	0,24	22	76,8	4,8	1	
		Батон	60	5,58	5,52	0,54	34,80	170,00	0,08	0,00	0,00	0,00	13,34	39	20,66	0,6	
		Паста шоколадная	30	20,64	7,50	4,00	5,75	89,00	0,02	0,25	20	0,1	74	99	10,5	0,2	
	377	Чай с сахаром и лимоном+витамин С	200/15/7	3,41	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2	
		Итого:		57,00	24,29	21,11	120,54	768,85	0,2	22,55	120,07	0,74	248,8	413,91	157,24	2,55	
16.02	67	Винегрет овощной	50	4,84	1,06	7,60	5,44	94,61	0,04	7,28	0,17	3,41	16,2	32,87	14,2	0,58	
	291	Плов из куриного филе	50/150	34,13	13,50	15,45	39,34	328,48	0,08	1,64	0,28	3,79	17,14	130,13	35,06	1,25	
		Батон	30	2,79	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,00	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33	
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33	
	14	Масло сливочное порционно	15	9,75	0,08	12,38	0,12	112,20	0	0,00	0,06	0,15	3,6	4,5	0	0,03	
	377	Чай с сахаром и лимоном+витамин С	200/15/6	3,24	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2	
		Итого:		57,00	19,61	36,17	102,04	788,59	0,19	29,92	0,52	7,89	64,64	225,1	73,76	2,72	
17.02	233	Рыба с картоф пюре запеченая под молочным соусом	30/70	24,99	7,43	7,88	10,42	137,83	0,06	3,83	0,07	0,34	48,83	104,01	27,37	0,72	
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33	
	14	Масло сливочное порционно	15	10,21	0,20	14,40	0,26	131,44	0	0,00	80,00	0,20	4,8	6	0	0	
		Булочка сдобная	100	17,52	1,40	6,30	5,98	85,40	0,01	4,90	0,11	2,17	28,7	25,9	10,5	0,49	
	377	Чай с сахаром +витам С	200/15	2,03	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28	
		Итого:		57,00	3,95	20,96	35,82	348,24	0,04	4,93	80,11	2,40	50,6	54,2	16,1	1,1	
18.02	278	Тефтели из говядины	60/25	28,70	3,08	7,63	7,71	110,14	0,03	1,80	0,00	2,76	8,13	19,11	23,35	0,23	
	312	Картофельное пюре	150,00	10,89	3,08	2,33	1,43	109,73	1,16	3,75	33,15	0,15	38,25	76,95	26,7	0,86	
	15	Сыр порционно	15,00	10,88	4,60	4,78	0,00	72,00	0,01	0,14	0,05	0,10	176	100	7	0,2	
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33	
		Батон	30	2,25	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	0,66	
	377	Чай с сахаром +витам С	200/15	2,03	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28	
		Итого		57,00	17,67	15,48	67,88	566,07	1,29	5,72	33,20	3,10	251,48	257,36	71,05	2,56	

Меню-горячие завтраки (родительская плата)

для учащихся школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период 19.02.2021г-
20.02.2021г

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергет.це нность	Витамины				Минеральные вещества			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
19.02	289	Пагу из птицы(филе)	48/150	31,70	10,95	16,49	16,04	235,66	0,13	19,27	0,48	4,40	39,12	135,27	34,85	1,68
		Хлеб пшеничный	30	2,25	2,28	0,24	14,58	71,40	0,03	0,00	0,00	0,03	6	19,5	4,2	0,33
		Йогурт "Услада"	1/95	19,64	5,13	1,88	7,38	66,88	0,04	0,75	12,50	0,00	155	118,75	18,75	0,13
	377	Чай с сахаром и лимоном+витами С	200/15/7	3,41	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	21	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2
		Итого :		57,00	18,68	18,81	66,07	485,70	0,08	41,02	12,51	0,15	175,8	150,25	33,35	0,66
20.02	243	Сосиска отварная с соусом	50/25	22,00	5,58	10,00	3,91	127,95	0,0125	0,67	16,90	0,30	24,22	63,99	10,195	0,799
	202	Макароны отварные	150	8,19	5,10	7,50	28,50	201,90	0,06	0,00	0,00	1,95	12	34,5	7,5	0,75
		Хлеб пшеничный	40	3,00	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
	377	Чай с сахаром и лимоном+ витами С	200/15/7	3,41	0,13	0,02	15,20	62,00	0	2,83	0,00	0,00	14,2	4,4	2,4	0,36
		Печенье	75	20,40	3,35	3,78	36,03	191,50	0,08	0,00	20,00	0,00	9,875	37,485	13,9	0,715
		Итого :		57,00	6,64	4,20	70,55	347,02	0,12	2,83	20,00	0,52	33,275	76,685	29,5	1,515