

Согласовано  
 Директор МБОУ Прогимназия № 131  
 Миняева Г. Р.

Утверждено  
 Генеральный директор ООО "РИЧ"  
 Каташников О.А.

Меню на 27.05.2024

| I день          |      |                                           |           |                  |       |          |                            |
|-----------------|------|-------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
| Прием пищи      | № ТК | Наименование блюда                        | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|                 |      |                                           |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| Завтрак         | 1    | Суп молочный с макаронными изделиями      | 200       | 6,68             | 7,33  | 21,85    | 179                        |
|                 | 57   | Яйцо отварное                             | 40        | 5,1              | 4,6   | 0,3      | 63                         |
|                 | 2    | Бутерброд с маслом и сыром                | 30/10/15  | 4,5              | 6,92  | 17,28    | 142,01                     |
|                 | 3    | Кофейный напиток на молоке                | 180       | 2,5              | 3,5   | 17,01    | 109,54                     |
| Второй завтрак  | ГП   | Сок фруктовый                             | 125,00    | 0,00             | 0,00  | 14,00    | 63,00                      |
| Обед            | 5    | Маринад овощной                           | 60        | 0,93             | 6,03  | 6,2      | 86,67                      |
|                 | 6    | Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом | 206/5     | 2,94             | 4,09  | 6,86     | 88,49                      |
|                 | 7    | Плов с мясом                              | 180       | 12,24            | 13,7  | 31,67    | 298,97                     |
|                 | 8    | Кисель из свежемороженой ягод             | 200       | 0,26             | 0,1   | 16,58    | 71                         |
|                 | ГП   | Хлеб пшеничный                            | 50        | 1,4              | 0,2   | 12,15    | 54,5                       |
|                 | ГП   | Хлеб ржаной                               | 50        | 2,24             | 0,44  | 15       | 65,6                       |
| Полдник         | ГП   | Молоко                                    | 180       | 5,00             | 5,00  | 7,00     | 95,00                      |
|                 | 13   | Фрукты свежие (банан)                     | 100       | 1,36             | 0,46  | 18,9     | 86,4                       |
| Ужин            | 10   | Рыбные тефтели                            | 90        | 9,54             | 6,75  | 20,34    | 180                        |
|                 | 11   | Пюре картофельное                         | 130       | 2,4              | 4,53  | 15,66    | 112,95                     |
|                 | 12   | Чай с лимоном                             | 180       | 0,04             | 0     | 12,13    | 50                         |
|                 | ГП   | Хлеб ржаной                               | 25        | 1,12             | 0,22  | 7,5      | 32,8                       |
|                 | ГП   | Хлеб пшеничный                            | 25        | 1,4              | 0,2   | 12,15    | 54,5                       |
| ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ |      |                                           |           | 59,65            | 64,07 | 252,58   | 1833,43                    |
| Стоимость       |      |                                           |           | 335,42           |       |          |                            |

Заведующий производством  
 Заместитель директора

*С.М.Сидорова*  
*А.И.Сидорова*

Согласовано  
Директор МБОУ Прогимназия № 131  
Минибасова Г. Р.

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Калашников О.А.

Меню на 28.05.2024

| 2 день         |      |                                        |           |                  |       |          |                         |
|----------------|------|----------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
| Приемный       | № ТК | Наименование блюда                     | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|                |      |                                        |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак        | 14   | Каша пшеничная молочная с фруктами     | 200       | 8,48             | 9,33  | 35,72    | 259,2                   |
|                | 15   | Бутерброд с маслом                     | 30/10     | 2,8              | 4,69  | 24,68    | 152,13                  |
|                | 16   | Какао с молоком                        | 180       | 2,3              | 3,44  | 16,89    | 107,72                  |
| Второй завтрак | ГП   | Сок фруктовый                          | 125,00    | 0,00             | 0,00  | 14,00    | 63,00                   |
| Обед           | 18   | Салат из свеклы с чесноком и сыром     | 60        | 1,93             | 3,89  | 5,37     | 65,33                   |
|                | 19   | Суп «Волна» со сметаной, с мясом птицы | 206/10    | 6,45             | 6,62  | 14,52    | 160                     |
|                | 20   | Котлеты из говядины                    | 80        | 12,64            | 10,53 | 12,9     | 195,55                  |
|                | 21   | Соус красный основной                  | 40        | 0,33             | 1,28  | 1,89     | 19,43                   |
|                | 38   | Макаронные изделия отварные            | 130       | 4,5              | 4     | 27,9     | 161,7                   |
|                | 23   | Компот из сухофруктов                  | 180       | 0,44             | 0     | 22,89    | 96                      |
|                | ГП   | Хлеб ржаной                            | 50        | 2,24             | 0,44  | 15       | 65,6                    |
|                | ГП   | Хлеб пшеничный                         | 25        | 1,4              | 0,2   | 12,15    | 54,5                    |
| Полдник        | ГП   | Ряженка                                | 180       | 5,00             | 5,00  | 7,00     | 95,00                   |
|                | ГП   | Печенье                                | 30        | 1,95             | 5,85  | 18       | 132                     |
| Ужин           | 24   | Картофельная запеканка с мясом         | 200       | 10,3             | 11,62 | 24,89    | 245,49                  |
|                | ГП   | Хлеб пшеничный                         | 25        | 1,4              | 0,2   | 12,15    | 54,5                    |
|                | ГП   | Хлеб ржаной                            | 25        | 2,24             | 0,44  | 15       | 65,6                    |
|                | 25   | Напиток из шиповника                   | 180       | 0,32             | 0,15  | 19,45    | 80                      |
| ИТОГО 2 ДЕНЬ   |      |                                        |           | 64,72            | 67,68 | 300,4    | 2072,75                 |
| Стоимость      |      |                                        |           |                  |       |          | 335,42                  |

Заведующий производством  
Заместитель директора

*М.И. Сидорова*  
*М.И. Сидорова*

Согласовано:  
Директор МБОУ Прогимназия № 131  
Миннибаева Р. Р.

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Калашников О.А.

Меню на 29.05.2024

| 3 день         |      |                                                   |            |                  |       |          |                         |
|----------------|------|---------------------------------------------------|------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
| Прием пищи     | № ТК | Наименование блюда                                | Вес порции | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|                |      |                                                   |            | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак        | 26   | Каша гречневая на молоке с маслом сливочным       | 200        | 6,52             | 6,94  | 38,19    | 253                     |
|                | 3    | Кофейный напиток с молоком                        | 200        | 2,5              | 3,5   | 17,01    | 109,54                  |
|                | 2    | Бутерброд с маслом и сыром                        | 30/10/15   | 4,5              | 6,92  | 17,28    | 142,01                  |
| Второй завтрак | ГП   | Сок фруктовый                                     | 125 00     | 0,00             | 0,00  | 14,00    | 63,00                   |
| Обед           | 27   | Икра кабачковая                                   | 60         | 1,4              | 10,8  | 4,1      | 119,9                   |
|                | 28   | Борщ с капустой свежей со сметаной, с мясом       | 200/6      | 3,51             | 5,27  | 9,77     | 206                     |
|                | 83   | Капуста тушеная                                   | 180        | 3,52             | 3,49  | 12,96    | 105,28                  |
|                | 37   | Голень куриная запеченная                         | 75         | 12,4             | 9,17  | 0,04     | 261,8                   |
|                | 31   | Компот из плодов консервированных                 | 180        | 0,24             | 0     | 38,76    | 150,36                  |
|                | ГП   | Хлеб ржаной                                       | 50         | 2,24             | 0,44  | 15       | 65,6                    |
| Полдник        | ГП   | Хлеб пшеничный                                    | 50         | 2,8              | 0,4   | 24,3     | 109                     |
|                | 17   | Кефир                                             | 180        | 5,8              | 5     | 9,66     | 108,07                  |
| Ужин           | 33   | Булочка домашняя                                  | 70         | 4,2              | 5,6   | 20,3     | 165,3                   |
|                | 32   | Запеканка творожная с изюмом со сгущенным молоком | 200/40     | 44,56            | 32,06 | 55,57    | 716                     |
|                | 55   | Чай с сахаром                                     | 180        | 0                | 0     | 11,98    | 48                      |
|                | ГП   | Хлеб ржаной                                       | 25         | 2,24             | 0,44  | 15       | 65,6                    |
|                | ГП   | Хлеб пшеничный                                    | 25         | 2,8              | 0,4   | 24,3     | 109                     |
| ИТОГО 3 ДЕНЬ   |      |                                                   |            | 99,23            | 90,43 | 328,22   | 2623,86                 |
| Стоимость      |      |                                                   |            |                  |       |          | 335,42                  |

Заведующий производством  
Заместитель директора

*С.М.Курбанов*  
*М.М.Курбанов*

Согласовано  
Директор МБОУ Прогимназия № 131  
Миннибаева Г. Р.

Утверждено  
Генеральный директор ООО "ИЧ"  
Калашиков О. А.

Меню на 30.05.2024

| 4 день         |      |                                  |            |                  |       |          |                         |
|----------------|------|----------------------------------|------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
| Прием пищи     | № ТК | Наименование блюда               | Вес порции | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|                |      |                                  |            | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак        | 62   | Омлет натуральный                | 120        | 7,24             | 8,67  | 3        | 118                     |
|                | 15   | Бутерброд с маслом               | 30/10      | 2,8              | 4,69  | 24,68    | 152,13                  |
|                | 16   | Какао с молоком                  | 180        | 2,3              | 3,44  | 16,89    | 107,72                  |
| Второй завтрак | ГП   | Сок фруктовый                    | 125,00     | 0,00             | 0,00  | 14,00    | 63,00                   |
| Обед           | 35   | Салат "Полевой"                  | 60         | 1,09             | 2,84  | 6,31     | 54,67                   |
|                | 36   | Суп «Харчо» со сметаной, с мясом | 200        | 6,85             | 5,37  | 13,42    | 146,67                  |
|                | 81   | Бефстроганов                     | 40/40      | 13,2             | 16,4  | 3        | 213,3                   |
|                | 22   | Каша перловая рассыпчатая        | 130        | 6,08             | 8,58  | 38,37    | 259,74                  |
|                | 23   | Компот из сухофруктов            | 180        | 0,44             | 0     | 22,89    | 96                      |
|                | ГП   | Хлеб ржаной                      | 50         | 2,24             | 0,44  | 15       | 65,6                    |
|                | ГП   | Хлеб пшеничный                   | 25         | 1,4              | 0,2   | 12,15    | 54,5                    |
| Полдник        | 17   | Ряженка                          | 180        | 5,22             | 5,76  | 7,2      | 106,2                   |
|                | 48   | Пряники                          | 70         | 6,17             | 9,48  | 37,63    | 278                     |
| Ужин           | 47   | Макароны, запеченные с сыром     | 150        | 7,88             | 8,83  | 35,88    | 259                     |
|                | 12   | Чай с лимоном                    | 180        | 0,04             | 0     | 12,13    | 50                      |
|                | 63   | Булочка дорожная                 | 70         | 5,19             | 8,23  | 34,79    | 248,5                   |
|                | ГП   | Хлеб пшеничный                   | 25         | 1,4              | 0,2   | 12,15    | 54,5                    |
| ИТОГО 4 ДЕНЬ   |      |                                  |            | 69,54            | 83,13 | 309,49   | 2327,53                 |
| Стоимость      |      |                                  |            |                  |       |          | 335,42                  |

Заведующий производством  
Заместитель директора

*[Подпись]*  
*[Подпись]*

Согласовано  
Директор МБОУ Прогимназия № 131  
Миннибаева Г. Р.

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РПЧ"  
Калашников О.А.

Меню на 31.05.2024

| 5 день         |       |                                                                     |            |                  |       |          |                            |
|----------------|-------|---------------------------------------------------------------------|------------|------------------|-------|----------|----------------------------|
| Прием пищи     | № ТК  | Наименование блюда                                                  | Вес порции | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|                |       |                                                                     |            | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| Завтрак        | 41    | Каша "Дружба"                                                       | 200        | 6,46             | 7,45  | 30,19    | 212                        |
|                | 2     | Бутерброд с маслом и сыром                                          | 30/10/15   | 4,5              | 6,92  | 17,28    | 142,01                     |
|                | 3     | Кофейный напиток с молоком                                          | 200        | 2,5              | 3,5   | 17,01    | 109,54                     |
|                |       |                                                                     |            |                  |       |          |                            |
| Второй завтрак | ГП    | Сок фруктовый                                                       | 125,00     | 0,00             | 0,00  | 14,00    | 63,00                      |
|                |       |                                                                     |            |                  |       |          |                            |
| Обед           | 42    | Салат из моркови с кукурузой консервированной                       | 60         | 1                | 5,07  | 3,03     | 57                         |
|                | 43/44 | Суп картофельный с бобовыми, с мясом и гренками из пшеничного хлеба | 200/8/25   | 9,97             | 3,45  | 34,12    | 204,57                     |
|                | 84    | Тефтели из говядины                                                 | 80         | 12,72            | 12,28 | 15,31    | 222,67                     |
|                | 11    | Картофельное пюре                                                   | 130        | 5,21             | 4,59  | 32,03    | 186                        |
|                | 46    | Напиток из свежемороженных ягод                                     | 180        | 0,19             | 0,04  | 16,21    | 65,93                      |
|                | ГП    | Хлеб пшеничный                                                      | 50         | 1,4              | 0,2   | 12,15    | 54,5                       |
|                |       |                                                                     |            |                  |       |          |                            |
| Полдник        | 4     | Молоко кипяченое                                                    | 180        | 5,8              | 5     | 9,66     | 108,07                     |
|                | ГП    | Вафли                                                               | 70         | 6,17             | 9,48  | 37,63    | 278                        |
|                |       |                                                                     |            |                  |       |          |                            |
| Ужин           | 39    | Рыба по-польски                                                     | 120        | 11,76            | 8,23  | 42       | 289,11                     |
|                | 40    | Рис отварной с овощами                                              | 150        | 3,35             | 6,07  | 22,19    | 183,73                     |
|                | 55    | Чай с сахаром                                                       | 180        | 0                | 0     | 11,98    | 48                         |
|                | ГП    | Хлеб ржаной                                                         | 25         | 1,12             | 0,22  | 7,5      | 32,8                       |
|                | ГП    | Хлеб пшеничный                                                      | 25         | 1,4              | 0,2   | 12,15    | 54,5                       |
| ИТОГО 5 ДЕНЬ   |       |                                                                     |            | 74,67            | 72,92 | 341,94   | 2344,23                    |
| Стоимость      |       |                                                                     |            |                  |       |          | 335,42                     |

Заведующий производством  
Заместитель директора

*С. Миннибаева*  
*Г. Р.*

Согласовано  
Директор МБОУ Прогимназия № 131  
Минибаева Т. Р.

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Калашникова О.А.

Меню на 03.06.2024

| 6 день          |      |                                      |           |                  |      |          |                         |
|-----------------|------|--------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|
| Прием пищи      | № ТК | Наименование блюда                   | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность |
|                 |      |                                      |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |
| Завтрак         | 56   | Каша манная молочная вязкая          | 200       | 6,22             | 7,14 | 25,94    | 191                     |
|                 | 15   | Бутерброд с маслом                   | 30/10     | 2,8              | 4,69 | 24,68    | 152,13                  |
|                 | 16   | Какао с молоком                      | 180       | 2,3              | 3,44 | 16,89    | 107,72                  |
| Второй завтрак  | ГП   | Сок фруктовый                        | 125,00    | 0,00             | 0,00 | 14,00    | 63,00                   |
| Обед            | 51   | Винегрет овощной                     | 60        | 1                | 3,4  | 4,7      | 75,1                    |
|                 | 52   | Суп картофельный с клецками, с мясом | 200/10    | 6,75             | 4,67 | 12,62    | 135                     |
|                 | 53   | Вигус с птицей                       | 210       | 7,35             | 8,96 | 11,41    | 155,68                  |
|                 | 31   | Компот из плодов консервированных    | 180       | 0,24             | 0    | 38,76    | 150,36                  |
|                 | ГП   | Хлеб пшеничный                       | 25        | 1,4              | 0,2  | 12,15    | 54,5                    |
|                 | ГП   | Хлеб ржаной                          | 25        | 1,12             | 0,22 | 7,5      | 32,8                    |
| Полдник         | ГП   | Кефир                                | 180       | 5,00             | 5,00 | 7,00     | 95,00                   |
|                 | 13   | Пряники                              | 70        | 1,36             | 0,46 | 18,9     | 86,4                    |
| Ужин            | 54   | Плов с сухофруктами                  | 210       | 11,2             | 8,6  | 121,3    | 623,6                   |
|                 | 113  | Чай без сахара                       | 180       | 0                | 0    | 9,1      | 37                      |
|                 | ГП   | Хлеб ржаной                          | 25        | 1,12             | 0,22 | 7,5      | 32,8                    |
|                 | ГП   | Хлеб пшеничный                       | 25        | 1,4              | 0,2  | 12,15    | 54,5                    |
| ИТОГО ЗА 6 ДЕНЬ |      |                                      |           | 49,26            | 49,2 | 344,6    | 2046,59                 |
| Стоимость       |      |                                      |           | 135,42           |      |          |                         |

Заведующий производством

Заместитель директора

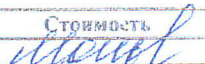
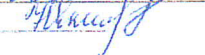
Согласовано:   
 Директор МБОУ Прогимназия № 131  
 Миннибаева Е. Р.

Утверждаю:   
 Генеральный директор ООО "РИЧ"  
 Калашников О. А.

Меню на 4.06.2024

| 7 день         |      |                                                   |           |                  |       |          |                         |
|----------------|------|---------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|
| Прием пищи     | № ТК | Наименование блюда                                | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|                |      |                                                   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак        | 49   | Каша молочная рисовая с фруктами                  | 200       | 6,68             | 7,22  | 27,55    | 200                     |
|                | 50   | Бутерброд с повидлом                              | 30/12     | 2,5              | 0,4   | 32,4     | 119,53                  |
|                | 58   | Чай с молоком                                     | 180       | 1,57             | 1,79  | 14,61    | 80                      |
| Второй завтрак | ГП   | Сок фруктовый                                     | 125,00    | 0,00             | 0,00  | 14,00    | 63,00                   |
| Обед           | 59   | Салат "Рубин"                                     | 60        | 2,06             | 4,04  | 11,92    | 88                      |
|                | 60   | Рассольник по - ленинградски со сметаной, с мясом | 206/8     | 5,27             | 4,09  | 16,75    | 110,11                  |
|                | 11   | Картофельное пюре                                 | 130       | 2,4              | 4,53  | 15,66    | 112,95                  |
|                | 103  | Котлеты рыбные                                    | 90        | 27,5             | 6,8   | 34,8     | 301,9                   |
|                | 23   | Компот из сухофруктов                             | 180       | 0,44             | 0     | 22,89    | 96                      |
|                | ГП   | Хлеб ржаной                                       | 50        | 2,24             | 0,44  | 15       | 65,6                    |
|                | ГП   | Хлеб пшеничный                                    | 25        | 1,4              | 0,2   | 12,15    | 54,5                    |
| Полдник        | ГП   | Кисломолочный продукт "Снежок"                    | 180       | 5,22             | 5,76  | 7,2      | 106,2                   |
|                | ГП   | Фрукты свежие (яблоки)                            | 100       | 0,9              | 0,2   | 8,1      | 36                      |
| Ужин           | 9    | Горошек зеленый                                   | 50        | 2,5              | 0,08  | 4,17     | 27,5                    |
|                | 62   | Омлет натуральный                                 | 90        | 6,24             | 7,67  | 2,67     | 103                     |
|                | 3    | Кофейный напиток на молоке                        | 180       | 1,8              | 2,1   | 18,8     | 101,3                   |
|                | ГП   | Хлеб ржаной                                       | 25        | 1,14             | 0,22  | 7,5      | 32,8                    |
|                | ГП   | Хлеб пшеничный                                    | 25        | 1,4              | 0,2   | 12,15    | 54,5                    |
| ИТОГО 7 ДЕНЬ   |      |                                                   |           | 71,26            | 45,74 | 278,32   | 1752,89                 |
| Стоимость      |      |                                                   |           | 335,42           |       |          |                         |

Заведующий производством  
 Заместитель директора

Согласовано  
Директор МБОУ Прогимназия № 131  
Миннибаева Т.Р.

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Калашников О.А.

Меню на 5.06.2024

| 8 день         |        |                                        |            |                  |        |          |                         |
|----------------|--------|----------------------------------------|------------|------------------|--------|----------|-------------------------|
| Прием пищи     | № ТК   | Наименование блюда                     | Вес порции | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая ценность |
|                |        |                                        |            | Белки            | Жиры   | Углеводы |                         |
| Завтрак        | 64     | Каша овсяная из «Геркулеса» с фруктами | 200        | 7,73             | 10,05  | 27,6     | 231,2                   |
|                | 15     | Бутерброд с маслом и сыром             | 30/10/15   | 3,8              | 4,69   | 24,68    | 152,13                  |
|                | 16     | Какао с молоком                        | 180        | 2,3              | 3,44   | 16,89    | 107,72                  |
| Второй завтрак | ГП     | Сок фруктовый                          | 125,00     | 0,00             | 0,00   | 14,00    | 63,00                   |
| Обед           | 35     | Салат "Полевой"                        | 60         | 1,09             | 2,84   | 6,31     | 54,67                   |
|                | 65     | Суп крестьянский с крупой с мясом      | 200        | 4,37             | 3,732  | 10,31    | 87                      |
|                | 38     | Макаронные изделия отварные            | 130        | 4,5              | 4      | 27,9     | 161,7                   |
|                | 66/112 | Голубцы ленивые в сметанном соусе      | 80         | 14,7             | 20,8   | 32,38    | 420                     |
|                | 8      | Кисель из свежих ягод                  | 180        | 0,26             | 0,1    | 16,58    | 71                      |
|                | ГП     | Хлеб ржаной                            | 50         | 2,24             | 0,44   | 15       | 65,6                    |
|                | ГП     | Хлеб пшеничный                         | 50         | 2,8              | 0,4    | 24,3     | 109                     |
| Полдник        | 4      | Молоко кипяченое                       | 180        | 5,8              | 5      | 9,66     | 108,07                  |
|                | ГП     | Вафли                                  | 70         | 4,2              | 5,6    | 20,3     | 165,3                   |
| Ужин           | 97     | Оладьи с повидлом                      | 100/20     | 6,2              | 5,8    | 54,3     | 293,8                   |
|                | 113    | Чай с сахаром и лимоном                | 180        | 0                | 0      | 9,1      | 37                      |
|                | ГП     | Йогурт                                 | 95         | 5,22             | 5,76   | 7,2      | 106,2                   |
| ИТОГО 8 ДЕНЬ   |        |                                        |            | 65,21            | 72,652 | 316,51   | 2233,39                 |
| Стоимость      |        |                                        |            | 335,42           |        |          |                         |

Заведующий производством  
Заместитель директора

*[Подписи]*

Согласовано  
Директор МБОУ Прогимназия № 131  
Миннибаева Г.Р.

Утверждаю  
Генеральный директор ООО "РИЧ"  
Каташиков О.А.

Меню на 6.06.2024

| 9 день         |      |                                      |            |                  |       |          |                         |
|----------------|------|--------------------------------------|------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
| Прием пищи     | № ТК | Наименование блюда                   | Вес порции | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|                |      |                                      |            | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Завтрак        | 1    | Суп молочный с макаронными изделиями | 200        | 6,68             | 7,33  | 21,85    | 179                     |
|                | 50   | Бутерброд с маслом                   | 30/10      | 2,5              | 0,4   | 32,4     | 143,2                   |
|                | 57   | Яйцо отварное                        | 40         | 5,1              | 4,6   | 0,3      | 63                      |
|                | 16   | Кофейный напиток с молоком           | 180        | 2,5              | 3,5   | 17,01    | 109,54                  |
| Второй завтрак | ГП   | Сок фруктовый                        | 125,00     | 0,00             | 0,00  | 14,00    | 63,00                   |
| Обед           | 93   | Салат из моркови с зеленым горошком  | 60         | 1                | 5,08  | 3,03     | 57                      |
|                | 70   | Суп шахтерский со сметаной, с мясом  | 200/6      | 3,32             | 4,83  | 15,74    | 115,2                   |
|                | 71   | Жаркое по-домашнему                  | 200        | 12,41            | 11,34 | 16,9     | 225                     |
|                | 72   | Лимонный напиток                     | 180        | 0,21             | 0,02  | 15,66    | 68                      |
|                | ГП   | Хлеб ржаной                          | 50         | 2,24             | 0,44  | 15       | 65,6                    |
|                | ГП   | Хлеб пшеничный                       | 50         | 2,8              | 0,4   | 24,3     | 109                     |
| Подзник        | 17   | Кефир                                | 180        | 5,22             | 5,76  | 7,2      | 106,2                   |
|                | 78   | Булочка «Татарочка» с курагой        | 70         | 6,31             | 5,66  | 33,92    | 177,01                  |
| Ужин           | 73   | Вареники ленивые с маслом сливочным  | 150/10     | 15               | 14,53 | 39,52    | 340,79                  |
|                | 12   | Чай с лимоном                        | 180        | 0,04             | 0     | 12,13    | 50                      |
|                | 13   | Фрукты свежие (мандарин)             | 100        | 0,9              | 0,2   | 8,1      | 36                      |
| ИТОГО 9 ДЕНЬ   |      |                                      |            | 66,23            | 64,09 | 277,06   | 1907,54                 |
| Стоимость      |      |                                      |            | 335,42           |       |          |                         |

Заведующий производством  
Заместитель директора

*С.И.Сидорова*  
*М.И.Сидорова*

Согласовано   
 Директор МБОУ Прогимназия № 131  
 Миннибаева Г. Р.

Утверждаю   
 Генеральный директор ООО "РИЧ"  
 Калашников О. А.

Меню на 406 2024

| 10 день        |      |                                                   |            |                  |       |          |                            |
|----------------|------|---------------------------------------------------|------------|------------------|-------|----------|----------------------------|
| Прием пищи     | № ТК | Наименование блюда                                | Вес порции | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|                |      |                                                   |            | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| Завтрак        | 74   | Каша "Рябчик"                                     | 200        | 6,64             | 7,54  | 27,61    | 203                        |
|                | 50   | Бутерброд с повидлом                              | 30/12      | 2,5              | 0,4   | 32,4     | 143,2                      |
|                | 16   | Какао с молоком                                   | 180        | 2,3              | 3,44  | 16,89    | 107,72                     |
| Второй завтрак | ГП   | Сок фруктовый                                     | 125,00     | 0,00             | 0,00  | 14,00    | 63,00                      |
| Обед           | 75   | Салат «Овощная мозайка»                           | 60         | 0,91             | 6,08  | 4,71     | 78                         |
|                | 76   | Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом | 200        | 6,59             | 3,87  | 17,34    | 129                        |
|                | 77   | Котлеты куриные                                   | 80         | 11,97            | 11,33 | 7,22     | 193                        |
|                | 106  | Сложный гарнир (рис отварной, овощи тушеные)      | 130        | 3,61             | 4,68  | 23,7     | 20,32                      |
|                | 23   | Компот из сухофруктов                             | 180        | 0,44             | 0     | 22,89    | 96                         |
|                | ГП   | Хлеб ржаной                                       | 50         | 1,12             | 0,22  | 7,5      | 32,8                       |
|                | ГП   | Хлеб пшеничный                                    | 25         | 1,4              | 0,2   | 12,15    | 54,5                       |
| Полдник        | 4    | Молоко кипяченое                                  | 180        | 5,8              | 5     | 9,66     | 108,07                     |
|                | ГП   | Пряники                                           | 70         | 6,31             | 5,66  | 33,92    | 177,01                     |
| Ужин           | 24   | Картофельная запеканка с мясом                    | 200        | 10,3             | 11,62 | 24,89    | 245,49                     |
|                | ГП   | Фрукт (банан)                                     | 100        | 1,36             | 0,46  | 18,9     | 86,4                       |
|                | 55   | Чай с сахаром                                     | 180        | 0,04             | 0     | 12,13    | 50                         |
|                | ГП   | Хлеб ржаной                                       | 25         | 1,12             | 0,22  | 7,5      | 32,8                       |
|                | ГП   | Хлеб пшеничный                                    | 25         | 1,4              | 0,2   | 12,15    | 54,5                       |
| ИТОГО 10 ДЕНЬ  |      |                                                   |            | 63,81            | 60,92 | 305,56   | 1874,81                    |
| Стоимость      |      |                                                   |            | 335,42           |       |          |                            |

Заведующий производством  
 Заместитель директора

