

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Гимназия №34» г.о. Нальчик

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор МКОУ «Гимназия №34» г.о. Нальчик

А.З. Долова

Приказ № 40 от 25.04.2022г.



МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория: 7-11 лет

1 день

№	Наименование	Выход блюдо	№ сбор. рецептур	Б	Ж	У	Ккал	Цена
	<i>Завтрак</i>							
1	Каша пшеничная молочная	200	182	7,51	11,72	37,05	285	
2	Хлеб	40		2,45	7,55	14,62	136	
3	Чай с лимоном	200	377	0,13	0,02	15,2	62	
	<i>Полдник</i>							
1	Суп с макаронными изделиями	200	183	9,09	12,99	35,18	295	
2	Хлеб с маслом, сыром	40/5/15	3	5,8	8,3	14,83	157	
	<i>Итого</i>							

2 день

№	Наименование	Выход блюда	№ сбор. рецептур	Б	Ж	У	Ккал	Цена
	<i>Завтрак</i>							
1	<i>Запеканка рисовая с творогом</i>	150	203	12,49	10,03	66,59	407	
2	<i>Хлеб с маслом</i>	40/5	1	2,45	7,55	14,62	136	
3	<i>Какао с молоком</i>	200	382	4,08	3,54	17,58	118,6	
	<i>Полдник</i>							
1	<i>Булочка домашняя</i>	65	91	6.223	6.21	35.627	221.891	
2	<i>Чай с лимоном</i>	200	377	0,13	0,02	15,2	62	
	<i>Итого</i>							

3 день

№	Наименование	Выход блюдо	№ сбор. рецептур	Б	Ж	У	Ккал	Цена
	<i>Завтрак</i>							
1	<i>Яицо отварное</i>	40	227	5,08	4,60	0,28	63	
2	<i>Хлеб с маслом</i>	40/5	1	2,45	7,55	14,62	136	
3	<i>Какао с молоком</i>	200	382	4,08	3,54	17,58	118,6	
	<i>Полдник</i>							
1	<i>Каша манная молочная</i>	200	182	7,31	10,98	39,2	286	
2	<i>Хлеб</i>	40		2,45	7,55	14,62	136	
3	<i>Чай с лимоном</i>	200	377	0,13	0,02	15,2	62	
	<i>Итого</i>							

4 день

№	Наименование	Выход блюдо	№ сбор. рецептур	Б	Ж	У	Ккал	Цена
	<i>Завтрак</i>							
1	Каша геркулесовая молочная	200	182	7,82	12,83	34,27	285	
2	Хлеб	40		2,45	7,55	14,62	136	
3	Чай с лимоном	200	377.	0,13	0,02	15,2	62	
	<i>Полдник</i>							
1	Суп перловый молочный	200	93	7,18	6,51	23,54	182,00	
2	Хлеб с маслом	40/15	1	2,45	7,55	14,62	136	
	<i>Итого</i>							

5 день

№	Наименование	Выход блюд	№ сбор. рецептур	Б	Ж	У	Ккал	Цена
	<i>Завтрак</i>							
1	Каша манная молочная	200	181	6,11	10,72	32,38	251	
2	Хлеб	40		2,45	7,55	14,62	136	
3	Чай с лимоном	200	377	0,13	0,02	15,2	62	
	<i>Полдник</i>							
1	Булочка домашняя	65	91	6.223	6.21	35.627	221.891	
2	Какао с молоком	200	382	4,08	3,54	17,58	118,6	
	<i>Итого</i>							

6 день

№	Наименование	Выход блюдо	№ сбор. рецептур	Б	Ж	У	Ккал	Цена
	<i>Завтрак</i>							
1	Суп пшениный молочный	200	101	7,68	9,7	32,1	246	
2	Хлеб с маслом	40/5	1	2,45	7,55	14,62	136	
	<i>Полдник</i>							
1	Каша геркулесовая молочная	200	182	7,82	12,83	34,27	285	
2	Чай с лимоном	200	377	0,13	0,02	15,2	62	
3	Хлеб	40		2,45	7,55	14,62	136	
	<i>Итого</i>							

7 день

№	Наименование	Выход блюдо	№ сбор. рецептур	Б	Ж	У	Ккал	Цена
	<i>Завтрак</i>							
1	Запеканка с творогом	100	251	17,54	12,05	17,15	247	
2	Хлеб	40		2,45	7,55	14,62	136	
3	Какао с молоком	200	382	4,08	3,54	17,58	118,6	
	<i>Полдник</i>							
1	Суп рисовый молочный	200	182	5,1	10,72	33,42	251	
2	Хлеб с маслом	40/5	1	2,45	7,55	14,62	136	
	<i>Итого</i>							

8 день

№	Наименование	Выход блюд	№ сбор. рецептур	Б	Ж	У	Ккал	Цена
	<i>Завтрак</i>							
1	<i>Яйцо отварное</i>	40	209	5,10	4,60	0,30	63,00	
2	<i>Хлеб с маслом</i>	40/5	1	2,45	7,55	14,62	136	
3	<i>Какао с молоком</i>	200	382	4,08	3,54	17,58	118,6	
	<i>Полдник</i>							
1	<i>Булочка домашняя</i>	65	91	6,223	6,21	35,627	221,891	
2	<i>Чай с лимоном</i>	200	377	0,13	0,02	15,2	62	
	<i>Итого</i>							

9 день

№	Наименование	Выход блюдо	№ сбор. рецептур	Б	Ж	У	Ккал	Цена
	<i>Завтрак</i>							
1	Суп перловый молочный	200	93	7,18	6,51	23,54	182,00	
2	Хлеб с маслом, сыром	40/5/15	3	5,8	8,3	14,83	157	
	<i>Полдник</i>							
1	Каша геркулесовая молочная	200	182	7,82	12,83	34,27	285	
2	Чай с лимоном	200	377	0,13	0,02	15,2	62	
3	Хлеб	40		2,45	7,55	14,62	136	
	<i>Итого</i>							

10 день

№	Наименование	Выход блюда	№ сбор. рецептур	Б	Ж	У	Ккал	Цена
	<i>Завтрак</i>							
1	<i>Суп пшеничный молочный</i>	200	101	7,68	9,7	32,1	246	
2	<i>Хлеб с маслом</i>	30/5	1	2,45	7,55	14,62	136	
	<i>Полдник</i>							
1	<i>Каша ячневая молочная</i>	200	182	7,31	10,98	39,2	286	
2	<i>Чай с лимоном</i>	200	377	0,13	0,02	15,2	62	
3	<i>Хлеб</i>	30		2,45	7,55	14,62	136	
	<i>Итого</i>							