



№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Понедельник, 1 неделя(завтрак)			
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	11,70	53,7
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	200	18,78	272,8
Пром.	Фрукт	140	30,80	49
54-2гн	Чай с сахаром	200	1,26	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,08	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,46	42,7
	Итого за Завтрак	625	67,08	550,5

№ рецептуры (12-18 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Понедельник, 1 неделя(завтрак)			
	Каша вязкая молочная овсяная	150	14,07	40,27
	Чай с сахаром	200	1,26	26,8
	Хлеб пшеничный	45	3,08	105,5
	Итого за Завтрак	395	18,41	172,57



№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
Среда, I неделя(завтрак)				
54-20з	Горошек зелёный	20	3,87	7,4
54-1о	Омлет натуральный	150	28,88	225,5
Пром.	Фрукт	120	14,4	53,3
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	5,26	50,9
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,46	42,7
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,07	105,5
Итого за Завтрак		560	56,94	485,3

№ рецептуры (12-18 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
Среда, I неделя(завтрак)				
	Каша молочная пшеничная	100	10,01	137,45
	Чай с лимоном и сахаром	200	2,61	27,9
	Хлеб пшеничный	45	3,08	105,5
Итого за Завтрак		345	15,70	270,85



№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Вторник, 1 неделя(завтрак)			
524-28з	Свекла отварная дольками	60	4,29	25,2
54-11г	Картофельное пюре	150	15,79	139,4
54-25м	Курица тушёная с морковью	100	36,05	126,4
54-21гн	Какао с молоком	200	13,46	100,4
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,71	58,6
Пром.	Хлеб ржаной	15	0,88	25,6
	Итого за Завтрак	550	72,18	475,6

№ рецептуры (12-18 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Вторник, 1 неделя(завтрак)			
	Каша молочная ячневая	100	12,55	124,5
	Чай с лимоном и сахаром	200	2,61	27,9
	Хлеб ржаной	25	1,71	42,7
	Итого за Завтрак	325	16,87	195,1



№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Четверг, 1 неделя(завтрак)			
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	100	12,55	124,5
54-1т	Запеканка из творога	75	35,49	150,6
Пром.	Фрукт	100	22,00	35
54-2гн	Чай с сахаром	200	1,26	26,8
Пром.	Джем из абрикосов	10	1,93	29
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,07	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,46	42,7
	Итого за Завтрак	555	77,76	514,1

№ рецептуры (12-18 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Четверг, 1 неделя(завтрак)			
	Каша жидкая молочная гречневая	150	10,41	140,47
	Чай с сахаром	200	1,26	26,8
	Хлеб пшеничный	45	3,08	105,5
	Итого за Завтрак	395	14,75	272,77

МОБУ «Преображенская СОШ» меню на 2023 – 24 гг. Директор  Осипова С.А.




№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Пятница, 1 неделя(завтрак)			
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	13,62	173,7
54-14р	Котлета рыбная любительская	100	30,72	112,3
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	2,91	23,8
54-23гв	Кофейный напиток с молоком	200	11,31	86
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,05	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,17	34,2
	Итого за Завтрак	520	61,78	500,3

№ рецептуры (12-18 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Пятница, 1 неделя(завтрак)			
	Картофель отварной в молоке	100	9,08	115,8
	Чай с лимоном и сахаром	200	2,61	27,9
	Хлеб пшеничный	45	2,63	105,5
	Итого за Завтрак	345	14,32	249,2



№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Понедельник, 2 недели(завтрак)			
54-6к	Каша вязкая молочная пшённая	200	20,03	274,9
Пром.	Фрукт	140	30,08	49
54-21гн	Какао с молоком	200	13,46	100,4
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,07	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,46	42,7
	Итого за Завтрак	610	68,10	572,5

№ рецептуры (12-18 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Понедельник, 2 неделя(завтрак)			
	Каша вязкая молочная овсяная	150	14,07	40,27
	Чай с сахаром	200	1,26	26,8
	Хлеб пшеничный	45	3,08	105,5
	Итого за Завтрак	395	18,41	172,57

МОБУ «Преображенская СОШ» меню на 2023 – 24гг. Директор  Осипова С.А.



№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Вторник, 2 неделя(завтрак)			
54-3з	Овощи в нарезке (помидор)	60	13,56	12,8
54-2г	Макароны отварные с овощами	150	13,78	180,7
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	36,04	126,4
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	2,61	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,07	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,46	42,7
	Итого за Завтрак	580	70,52	496

№ рецептуры (12-18 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Вторник, 2 неделя(завтрак)			
	Каша молочная ячневая	100	12,55	124,5
	Чай с лимоном и сахаром	200	2,61	27,9
	Хлеб ржаной	25	1,71	42,7
	Итого за Завтрак	325	16,87	195,1



№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Среда, 2 неделя(завтрак)			
54-1з	Сыр твёрдых сортов в нарезке	15	11,70	53,7
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	13,89	187,3
Пром.	Фрукт	120	14,4	53,3
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	11,31	86
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,07	105,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,46	42,7
	Итого за Завтрак	605	55,83	528,5

№ рецептуры (12-18 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Среда, 2 неделя(завтрак)			
	Каша молочная пшённая	100	10,01	137,45
	Чай с лимоном и сахаром	200	2,61	27,9
	Хлеб пшеничный	45	3,08	105,5
	Итого за Завтрак	345	15,70	270,85

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Четверг, 2 неделя(завтрак)			
54-20з	Горошек зелёный	20	3,87	7,4
54-1о	Омлет натуральный	150	28,88	225,5
Пром.	Фрукт	140	30,80	49
54-2гн	Чай с сахаром	200	1,26	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,10	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	1,75	51,2
	Итого за Завтрак	600	70,66	500,5

№ рецептуры (12-18 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Четверг, 2 неделя(завтрак)			
	Каша жидкая молочная гречневая	150	10,41	140,47
	Чай с сахаром	200	1,26	26,8
	Хлеб пшеничный	45	3,08	105,5
	Итого за Завтрак	395	14,75	272,77



№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Пятница, 2 неделя(завтрак)			
54-2з	Овощи в нарезке (огурец)	60	15,59	6,3
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	13,08	173,7
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	60	35,57	133,1
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	2,91	23,8
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	2,61	27,9
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,71	42,7
Пром.	Хлеб пшеничный	45	2,63	105,5
	Итого за Завтрак	560	74,10	513

№ рецептуры (12-18 л.)	Название блюда	Норма порции	Стоимость	Калорийность
		г.	р.	Ккал.
	Пятница, 2 неделя(завтрак)			
	Картофель отварной в молоке	100	9,08	115,8
	Чай с лимоном и сахаром	200	2,61	27,9
	Хлеб пшеничный	45	2,63	105,5
	Итого за Завтрак	345	14,32	249,2