

МКОУ АНО «Заринская СОШ»



февраля 2024 г

А.А. Трофимова  
(расшифровка подписи)

Ежедневное меню основного питания  
на 02 февраля 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
Завтрак	Каша гречневая	210	210	203	203
	Чай с сахаром	200	200	58	58
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	80	80	189	189
Итого за завтрак:	Сыр порционный	15	15	55	55
Обед	Суп рыбный из консервы	200	250	134	168
	Пюре картофельн. + Капуста тушеная	200	200	234	234
	Ёжики в томатном соусе	100	100	229	229
	Сок фруктовый	200	200	90	85
	Хлеб пш.	30	30	71	71
	Хлеб рж.	20	20	43	43
	Итого за обед:				
Итого за день:		1255	1305	1305	1334

МКОУ АНО «Заринская СОШ»



"02" февраля 2024 г

А.А. Трофимова  
(расшифровка подписи)

Ежедневное меню основного питания  
на 05 февраля 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
Завтрак	Каша рисовая	210	210	197	197
	Чай с сахаром	200	200	58	58
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	95	95	243,4	243,4
Итого за завтрак:	Сыр	505	500	498,4	498,4
Обед	Свекольник со сметаной, с курдой	200	250	126	149
	Голубцы ленивые с молочн. соусом	180	180	245	245
	Компот из с/ф	200	200	94	94
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	50	71	118
	Хлеб рж. - пшен.	20	20	43	43
	Сырок творожный	100	100	151	151
	Итого за обед:				
Итого за день:		1235	1378	1228,4	1298,4

МКОУ АНО «Заринская СОШ»



А.А.Трофимова  
(расшифровка подписи)

05 февраля 2024 г

Ежедневное меню основного питания  
на 06 февраля 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
Завтрак	Омлет натуральный с овощной добавкой	220	220	327,5	327,5
	Чай с лимоном	210	210	62	62
	Хлеб пш. с маслом	80	80	254,8	254,8
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>510</b>	<b>510</b>	<b>644,3</b>	<b>644,3</b>
Обед	Суп картофельный на курином бульоне с тренками	220	275	190	229
	Каша гречневая рассыпчатая	150	180	230	276
	Биточки рыбные в томатном соусе	100	100	123,8	150
	Напиток с витаминами «Витошка»	200	200	90	90
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	30	71	71
	Хлеб рж. - пшен.	20	20	43	43
	Булочка	100	100	337	337
	<b>Итого за обед:</b>	<b>820</b>	<b>905</b>	<b>1084,8</b>	<b>1169,8</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1330</b>	<b>1415</b>	<b>1729,1</b>	<b>1814,1</b>

МКОУ АНО «Заринская СОШ»



А.А.Трофимова  
(расшифровка подписи)

06 февраля 2024 г

Ежедневное меню основного питания  
на 07 февраля 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
Завтрак	Макаронные изд. с сыром	220	220	342	342
	Какао	210	210	162	162
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	30	71	71
	Конд. изделие	50	50	255	255
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>510</b>	<b>510</b>	<b>830</b>	<b>830</b>	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	103	120
	Плов с мясом	180	180	257	257
	Салат из свеклы	60	90	56	84
	Компот из с/ф и шиповника	200	200	82	82
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	30	71	71
	Хлеб рж.	20	20	43	43
	Йогурт	100	100	85	85
	<b>Итого за обед:</b>	<b>790</b>	<b>870</b>	<b>697</b>	<b>742</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>1295</b>	<b>1375</b>	<b>1527</b>	<b>1572</b>	

МКОУ АДО «Заринская СОШ»



А.А.Трофимова  
(расшифровка подписи)

Ежедневное меню основного питания  
на 09 февраля 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		г	мл	ккал	кДж
Завтрак	Каша пшеничная	210	210	238	238
	Коф.напиток	210	210	98	98
	Хлеб пш. обогащ. витаминами с маслом	80	80	255	255
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>500</b>	<b>591</b>	<b>591</b>
Обед	Суп картоф. с м/изд с курой	200	250	119	140
	Салат «Витаминный»	100	100	187	187
	Пюре картофельное	150	200	137	165
	Печень по-строгановски	100	100	114	114,3
	Сок	200	200	90	90
	Хлеб пш.	30	30	71	71
	Хлеб рж.	20	20	43	43
	<b>Итого за обед:</b>	<b>810</b>	<b>900</b>	<b>761</b>	<b>810</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1310</b>	<b>1400</b>	<b>1352</b>	<b>1401</b>

МКОУ АДО «Заринская СОШ»



А.А.Трофимова  
(расшифровка подписи)

Ежедневное меню основного питания  
на 08 февраля 2024 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		г	мл	ккал	кДж
Завтрак	Пудинг из творога со стущ. молоком	220	220	246,4	246,4
	Чай с сахаром	200	200	58	58
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	80	80	188,8	188,8
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>500</b>	<b>493,2</b>	<b>493,2</b>
Обед	Суп картофельн. с бобовыми на куринном бульоне	200	250	143,2	170
	Жаркое по-домашнему	200	200	220,8	220,8
	Овощи порционные	60	60	8	8
	Кисель с витаминами «Витопка»	200	200	90	90
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	30	70,8	70,8
	Хлеб рж.	20	20	43,2	43,2
	Фрукт	100	100	95	95
	<b>Итого за обед:</b>	<b>960</b>	<b>1010</b>	<b>671</b>	<b>697,8</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1460</b>	<b>1510</b>	<b>1164,2</b>	<b>1191</b>



А.А. Трофимов  
(расшифровка подписи)  
"13" февраля 2024 г.

**Ежедневное меню основного питания  
на 13 февраля 2024 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		г	шт	ккал	кДж
Завтрак	Пудинг из творога со смет. молоком	220	2шт	246,4	246,4
	Чай с сахаром	200	2шт	58	58
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	80	8шт	188,8	188,8
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>5шт</b>	<b>493,2</b>	<b>493,2</b>
Обед	Суп из овощей со сметаной	250	2шт	158,4	158,4
	Пюре картофельное	180	2шт	164,7	183
	Рыба запеченная в мол. соусе	100	1шт	84	84
	Сок	200	2шт	90	90
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	3шт	70,8	70,8
	Хлеб рж.	20	2шт	43,2	43,2
	Яблоко	250	2шт	117,5	117,5
<b>Итого за обед:</b>	<b>1030</b>	<b>10шт</b>	<b>728,6</b>	<b>746,9</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1530</b>	<b>15шт</b>	<b>1221,8</b>	<b>1240,1</b>	



А.А. Трофимов  
(расшифровка подписи)  
"09" февраля 2024 г.

**Ежедневное меню основного питания  
на 12 февраля 2024 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		г	шт	ккал	кДж
Завтрак	Каша ассорти (рис-греча)	200	2шт	172	172
	Чай с лимоном	210	2шт	62	62
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	80	8шт	188,4	188,4
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>505</b>	<b>5шт</b>	<b>477,4</b>	<b>477,4</b>
Обед	Борщ со сметаной, с курой	200	2шт	117	138
	Рожки отварные	150	18шт	173	208
	Гуляш и мясо с томатным соусом	110	11шт	168	168
	Напиток «Витоника»	200	2шт	90	90
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	3шт	71	71
	Хлеб рж.	20	2шт	43	43
	Йогурт	100	1шт	85	85
<b>Итого за обед:</b>	<b>810</b>	<b>8шт</b>	<b>747</b>	<b>803</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1315</b>	<b>13шт</b>	<b>1224,4</b>	<b>1280,4</b>	



Утверждаю  
 Руководитель центра  
 (подпись)

А.А. Трофимова  
 (расшифровка подписи)

**Ежедневное меню основного питания  
 на 14 февраля 2024 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
Завтрак	Каша манная	210	210	197	197
	Какао с молоком	210	210	161,6	161,6
	Хлеб пш. обогащ. витаминами с маслом	80	80	254,8	254,8
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>500</b>	<b>613,42</b>	<b>613,42</b>
Обед	Рассольник "Ленинградский" со сметаной, с курой	250	250	194	194
	Рагу овощное с мясом	225	225	331	331
	Кисель «Витошка»	200	200	95	95
	Хлеб пш. обогащ. витаминами	30	30	71	71
	Хлеб рж.	20	20	43	43
	Банан	100	100	95	95
<b>Итого за обед:</b>	<b>825</b>	<b>825</b>	<b>829</b>	<b>829</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1325</b>	<b>1325</b>	<b>1442,4</b>	<b>1442,4</b>	



Утверждаю  
 Руководитель центра  
 (подпись)

А.А. Трофимова  
 (расшифровка подписи)

**Ежедневное меню основного питания  
 на 15 февраля 2024 года**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
Завтрак	Омлет натуральный	150	150	268	268
	Салат из моркови	80	80	99	99
	Кof. напиток	210	210	98	93
	Хлеб пш. с маслом	60	60	191	191
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>500</b>	<b>656</b>	<b>656</b>	
Обед	Суп – лапша домашняя, на курином бульоне	200	250	118	139
	Каша «Дружба»	205	205	242	242
	Котлета из курицы	100	100	209	209
	Напиток из шиповника	200	200	75	75
	Хлеб пш.	30	30	71	71
	Хлеб рж.	20	20	43	43
Банан	100	100	95	95	
<b>Итого за обед:</b>	<b>855</b>	<b>905</b>	<b>853</b>	<b>874</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1355</b>	<b>1405</b>	<b>1509</b>	<b>1530</b>	