

ж
л
о
я

Утверждаю
Руководитель лицея
ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»
Минпросвещения КБР



Примерное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного образовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики (Лицей для одаренных детей) на 2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	ев	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
15 апреля 2024 г									
Завтрак 2	Фрукты	б/н	фрукты свежие (бананы)	5,7	200	9,8	5,75	4,06	25,76
Обед	блюдо из овощ.	53	Икра кабачковая	24	100	24	1,2	3,8	24
	1 блюдо	344	Рассольник со сметаной	0,7	250/10	145	5,3	4,7	20,6
	2 блюдо	232	Котлеты куриные с соусом	0,7	100/50	228	19,6	13,8	10,8
	гарнир	128	Картофельное пюре	5,7	150	9,8	5,75	4,06	25,76
	гор. напиток	128	Кофейный напиток	8,7	200	73,6	0,02	0,01	18,4
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	3,9	120	96,06	9,86	0,29	58,99
Полдник	блюдо из творога	223	Запеканка из тв. со сгущён. молоком	6,3	150/30	310,66	30,93	22,89	360
	фрукты	б/н	Фрукты свежие (апельсины)	8	200	106	5,8	5	8
Ужин 1	2 блюдо	265	Плов из говядины	4,5	150/50	251	24,4	14,8	6,2
	салаты	45	Салат из белокочанной капусты	4,7	100	250	4,4	6,5	34,1
	гор. напиток	440	Чай с сахаром	1,1	200	15	0,2	0,2	0,1
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	7,9	100	90,06	9,48	0,24	57,96
Ужин 2	муч. изделие	45	Булочки с изюмом	2,7	100	1,2	4	12	12,63
	молоч. продукт	б/н	Молоко 2.5 %	5,2	200	1,8	0,4	16,2	15,81

Зав. производством

Э.Х. Батуева

Утверждаю
 Руководитель лицея
 ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»
 Минпросвещения КБР
 Т.В. Шаппува

Примерное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного образовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики (Лицей для одаренных детей) на 2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
16 апреля 2024 г								
Завтрак 1	гор.блюдо	174	Каша манная молочная с маслом	200	61	0,1	0	15
	гастрономия	14	Сыр порционно	20	66	6,2	161,72	0,1
	гастрономия	14	Масло сливочное	20	225	9,48	7,3	33,5
	гор.напиток	379	Чай с сахаром	200	90,06	1,8	0,24	57,96
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	86	1,2	0,4	16,2
	блюдо из творога	223	Запеканка из тв.со сгущен.мол.	150\30	310,66	30,93	22,89	360
Завтрак 2	Фрукты (свежие)	б/н	фрукты свежие (апельсины)	200	3,98	35,6	29,11	61
Обед	блюдо овощ.	73	Салат из белокачанной капусты	100	250	11	6,5	34,1
	1 блюдо	82	Борщ со сметаной	250\10	21,9	1,8	27,5	7,47
	2 блюдо	286	Биточки из говядины с соусом	100\50	86	0,4	0,4	16,2
	гарнир		Макароны отварные	150	63,80	3,6	0,15	19,4
	хлеб пшеничный	410	Хлеб пшеничный	120	135	5,8	3,5	22,4
	напиток	360	Кисель	200	63,8	3,6	0,15	19,4
					95	1,2	4	12
	муч.изделие	421	Булочки сизомом	100	95	1,2	4	12
Полдник	кисломол. продукт	386	Кефир 2,5%	200	42	25,1	0,8	4,6
Ужин 1	салаты	302	Винегрет овощной	100	250	9,48	6,5	34,1
	2 блюдо	б/н	Рыба запеченная	90	90,06	3,98	0,24	57,96
	гарнир	209	Картофельное пюре	150	52,88	0,1	1,45	29,11
	хлеб пшеничный	376	Хлеб пшеничный	100	0,2	1,8	15	29,11
	гор.напиток	440	Кофейный напиток	200	86	1,6	0,4	16,2
Ужин 2	муч.изделие	282	Сочинки	100	93	1,5	0,9	17,8
	фрукты	б/н	Фрукты свежие (яблоки)	200	10,6	106	5,8	5

Зав. производство

Э.Х. Батуева

№
инв.
по
Кл
и/е



Примерное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного образовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики (Лицей для одаренных детей) на 2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
17 апреля 2024 г								
Завтрак 1	гор.блюдо	175	Каша пшениная молоч. с маслом	200	310,66	30,93	22,89	360
	блюдо из яиц	209	Яйцо варенное	1/40	79	6,4	5,8	0,4
	гастроном.	14	Масло сливочное	20	66	0	162	0
	гор.напиток	379	Кофейный напиток	200	61	0,2	0,1	15
	хлеб пшенич.	б/н	Хлеб пшеничный	100	4	1	29	61
Завтрак 2	молоч. продукт	б/н	Кефир 2,5%	200	86	1,8	0,4	16,2
	конд. изделие	б/н	Конди. изделия (пряники)	45	4,6	84	1,6	3
Обед	овощи	45	Салат свекольный с зел.гор.	100	42	1,2	0,8	4,6
	1 блюдо	104	Суп с фрикадельками со смет.	250/10	107	4,9	3,8	11,3
	2 блюдо	232	Рыба запеченная	90	222	25,1	11,8	12,2
	гарнир	378	каша рассыпчатая(рис)	150	221	6,6	5,3	34
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	120	3,98	1,45	29,11	61
	Напиток	б/н	Компот из свежих яблок	200	4,86	4,05	13,18	37
Полдник	блюдо из твор.	223	Пирожки с капустой	100	148	3,9	2,4	22,7
	молочный прод.	б/н	Молоко 2,5%	200	10,6	106	5,8	5
Ужин 1	салаты	45	Салат из белокач. капусты	100	18,17	42	1,2	0,8
	2 блюдо	268	Биточки из говядины	100	232	11	24	0,4
	гарнир	209	Картошка деревенски	150	21,9	11	27,5	7,47
	гор.напиток	378	Чай с сахаром	200	90,06	12,00	0,24	57,96
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	61	0,2	0,1	15
Ужин 2	муч.изделие	406	Ватрушки с творогом	100	6,22	135	3,6	3,5
	молоч.продукт	б/н	Молоко 2.5 %	200	86	1,8	0,4	16,2

Зав. призываением

Э.Х. Батуева

Э.Х. Батуева

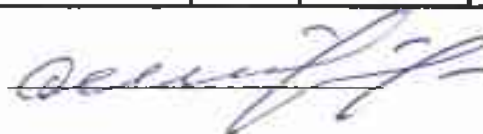
Утверждаю
 Руководитель лицея
 ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»
 Министерства просвещения КБР
 Ибраева А.Б. Дааптуева



Ежедневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного образовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики (Лицей для одаренных детей)

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
18 апреля 2024 г								
	гастрономия	14	Масло сливочное	20	222,38	6,98	10,42	25
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	15	0,2	0,2	0,1
	гор.блюдо	173	Каша пшеничная молочная с маслом	200	61	0,2	0,1	15
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
	блюдо из творога	223	пудинг из творога	150\30	310,66	30,93	22,89	360
Завтрак 2	конд. изделие	б/н	Кондитерские изделие (алёнушка)	45	84	1,6	3	12,6
	кисломол. продукт	б/н	кисломол. продукт кефир 2,5%	200	1,2	29,11	61	34,7
Обед	салаты	48	Салат витаминный	100	88	1,6	5,1	8,2
	1 блюдо	103	Суп лапша на курином бульёне	250\10	145	5,3	4,7	20,6
	2 блюдо	289	гуляш из говядины	50\50	196	15,05	8,5	13,4
	напиток	360	Кофейный напиток	200	72,8	0,4	0,27	17,2
	хлеб пшеничный.	б/н	Хлеб пшеничный	120	96,06	9,86	0,29	58,99
	гарнир	171	каша рассыпчатая(гречка)	150	75,05	6,14	2,14	41,86
Полдник	блюдо из творога	268	Пирожки с капустой	100	310,66	30,93	22,89	360
	напиток	376	Компот из свежих яблок	200	5,8	5	8	106
Ужин 1	2 блюдо	289	Котлеты куриные с соусом	100/50	235	15,1	12,8	13,6
	гарнир	171	Картофельное пюре	150	75,05	6,14	2,14	41,86
	салаты	53	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	145	5,3	4,7	20,6
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	15	0,2	0,2	0,1
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
Ужин 2	муч.изделие	406	Рогалики со сгущенкой	100	135	3,6	3,5	36,17
	молочный прод.	б/н	Молоко 2,5%	200	106	5,8	5	25,8

Зав. производством

 А.Х. Батуева

Утверждаю
руководитель лицея
ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»
Минпросвещения КБР
Т.Б. Дзамцугева



Примерное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного образовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения и науки Кабардино-Балкарской Республики (Лицей для одаренных детей) на 2024 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
19 апреля 2024 г								
Завтрак 1	гор.блюдо	175	Каша мол. "Дружба" с маслом	200	310,66	30,93	22,89	360
	блюда из яиц	211	Омлет с сыром	75	301	15,1	25,4	2,9
	гастроном.	14	Масло сливочное	20	66	0	162	0
	гор.напиток	382	Чай с сахаром	200	61	0,2	0,1	15
	хлеб пшенич	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
Завтрак 2	молоч.продукт	б/н	Молоко 2.5 %	200	86	1,8	0,4	16,2
	конд.изделие	б/н	Вафли	50	4,6	84	1,6	3
Обед	салаты	53	Салат морковный с йогуртом	100	10,18	33	0,1	30,2
	1 блюдо	102	Суп карт.с фасолью со сметаной	250\10	128	5,1	5,1	12,5
	2 блюдо	259	Рагу из курицы	250	144	15,3	8,1	2,4
	напиток	440	Какао с молоком	200	79	6,4	5,8	0,4
	Хлеб пшенич	б/н	Хлеб пшеничный	120	3,98	1,45	29,11	61

Зав. производством

Э.Х. Батуева

Э.Х. Батуева