

Утверждаю
 Руководитель лицея
 ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»
 Министерства просвещения КБР
 Т.Б. Дампиева



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
02 мая 2024 г								
Завтрак 2	Фрукты (свежие)	б/н	фрукты свежие (апельсины)	200	3,98	35,6	29,11	61
Обед	блюдо овощ	73	Салат из белокочанной капусты	100	250	11	6,5	34,1
	1 блюдо	0 82	Борщ со сметаной	250\10	21,9	1,8	27,5	7,47
	2 блюдо	0 286	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
	муч. изделие	421	Булочки сизюмом	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	Сочники	100	93	1,5	0,9	17,8
	фрукты	б/н	Фрукты свежие (яблоки)	200	10,6	106	5,8	5

Зав. производством

Э.Х. Батуева
 Э.Х. Батуева

Утверждаю
 Руководитель лицея
 ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»
 Министерства просвещения КБР
 Т.Н. Джаидова



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
03 мая 2024 г								
Завтрак 1	гор.блюдо	175	Каша пшеничная 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

Зав. производством

Э.Х. Багуева

Утверждаю
 Руководитель лицея
 ГБОУ « ДАТ «Солнечный город»
 Министерства просвещения КБР

Э.Х. Батуева
 Э.Х. Батуева



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
06 мая 2024 г								
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 пирога	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

Э.Х. Батуева

Э.Х. Батуева

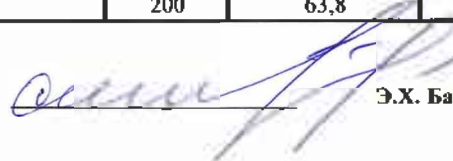
Утверждаю
руководитель лицея
ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»
Минпросвещения КБР
Т.Б. Джампуева



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
07 мая 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	Жакао с молоком	200	79	6,4	5,8	0,4
	Хлеб пшенич	б/н	Хлеб пшеничный	120	3,98	1,45	29,11	61
Полдник	муч. изделие	406	Рогалики со сгущенкой	100	6,22	135	3,6	3,5
	Фрукты (свежие)	б/н	Фрукты свежие (яблоки)	200	7,27	88	1,6	5,1
Ужин 1	блюдо овощ.	73	Икра кабачковая	100	16,5	24	1,2	3,8
	2 блюдо	294	Макароник с мясом	140	228	19,6	13,8	10,8
	гор.напиток	378	Чай с молоком	200	61	0,2	0,1	15
	хлеб пшенич	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
Ужин 2	муч.изделие	776	Сдоба обыкновенная	100	112,3	8,34	3,51	48,81
	напиток	360	Кисель	200	63,8	3,6	0,15	19,4

Зав. производством


Э.Х. Батуева

Утверждаю
 Руководитель лицея
 ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»
 Минпросвещения КБР
 Т.Б. Джаппуева



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
08 мая 2024 г								
Завтрак 1	гор.блюдо	174	Каша гречневая молочная с маслом	200	61	0,2	0,1	15
	гастрономия	14	Масло сливочное	20	66	0,1	7,3	0,1
	гастрономия	15	Сыр порционно	30	225	6,2	7,3	33,5
	гор.напиток	128	Кофейный напиток	200	79	6,4	5,8	0,4
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
Завтрак 2	фрукты свежес.	б/н	фрукты свежие (апельсины)	200	88	1,6	5,1	8,2
Обед	салаты	47	Салат из квашеной капусты	100	93,9	1,43	6,09	8,36
	1 блюдо	104	Расольник со сметаной	250/10	107	4,9	3,8	11,3
	2 блюдо	268	тефтели из говядины	100	232	11	24	0,4
	гарнир	302	картофельное пюре	150	161	3,8	5,8	14,16
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	52,88	3,98	1,45	29,11
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	120	96,06	9,86	0,29	58,99

Зав. производством

Э.Х. Батуева

Утверждаю
 Руководитель лицея
 ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»
 Минпросвещения КБР
 Т.Б. Джаппуева



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
13 мая 2024 г								
Завтрак 2	конд.изделие	б\н	Кондитерские изделие (тортинка)	45	225	6,2	7,3	33,5
	молоч. продукт	б\н	молоч продукт молоко 2,5%	200	1,2	29,11	61	34,7
Обед	салаты	53	Салат (пестрый)	100	93,9	1,43	6,09	8,36
	1 блюдо	102	Суп гороховый со сметаной	250/10	107	4,9	3,8	11,3
	2 блюдо	290	Плов из курицы	250	250	4,4	6,5	34,1
	напиток	376	Кисель	200	72,8	0,4	0,27	17,2
	хлеб пшеничный	б\н	Хлеб пшеничный	120	96,06	9,86	0,29	58,99
Полдник	муч. изделие	406	Ватрушки с повидлом	100	135	3,6	3,5	22,4
	фрукты свеж.	б\н	Фрукты свежие (яблоки)	200	106	5,8	5	8
Ужин 1	салаты	45	Салат витаминный	100	42	1,2	0,8	12,2
	2 блюдо	268	Биточки из говядины	100	11	24	0,4	34,1
	гарнир	128	Каша рассыпчатая(рис)	150	11	27,5	7,47	18,4
	гор.напиток	378	Чай с сахаром	200	12,00	0,24	57,96	57,96
	хлеб пшеничный	б\н	Хлеб пшеничный	100	0,2	0,1	15	8,2
Ужин 2	муч.изделие	406	Ватрушки с творогом	100	135	3,6	3,5	16,1
	кисломол продуи	386	Кефир 2,5%	200	25,1	0,8	4,6	12,3

Зав. производством

Э.Х. Батуева