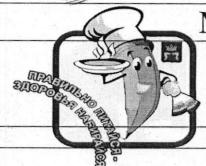




Лавренова С.Е.



Меню (10 день)

на 1 декабря 2023 года.

### Меню

# обедов для обучающихся 1-4-х классов

			Пище	евые вещест	ва (г.)	Descriptions	
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса	Б	ж	y	Энергетическая ценность (ккал)	
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	0,07	3,1	6,6	54,06	
96	Рассольник по - Ленинградски на курином бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8	
278.1	Тефтели из мяса птицы с соусом (60/40)	100	15,69	15,08	14,65	257,4	
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,1	103,14	
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	
	Соль йодированная	1					
итого:		710	25,12	27,51	90,2	738,85	

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

N₂	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевы	не вещес	Энергетическая	
рецептуры			Б	ж	У	ценность (ккал)
234	Котлета рыбная	90	11,86	8,91	15,3	190,44
312	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Вафли	40	1,12	9,8	20,4	185,5
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
	итого:	511	17,54	24	70,94	583,79

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



«УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аутоорсинг» Павренова С.Е.



# Меню (1день)

на 4 декабря 2023 года.

### Меню

## обедов для обучающихся 1-4-х классов

	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищев	ые вещест		
№ рец.			Б	ж	y	Энергетическая ценность (ккал)
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9
102	Суп с бобовыми (горох) на кур. бульоне	200	5,49	5,27	16,54	148,29
255	Печень по-строгановски (60/30)	90	14,04	10,2	3,2	139,9
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,1	103,14
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого		740	26,94	21,75	104,1	729,69

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищеві	ые вещес	Энергетическая	
			Б	ж	y	ценность (ккал)
175	Каша «Дружба» молочная с маслом слив. (рис, пшено)	250	7,6	12,25	39,15	296,87
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3
6	Бутерброд с колбасой полукопченой 30/20	50	5,25	8,84	15,57	170,4
б/н	Вафли	30	0,84	7,36	15,3	139,16
	Соль йодированная	1		W-05: 12: 40:27		
	ИТОГО:	510	19,59	29,65	87,12	691,73

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



«УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аутсорсинг» Лавренова С.Е.

Меню (2день)



на 5 декабря 2023 года.

### Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пище	вые вещес	тва (г.)	<ul> <li>Энергетическая</li> </ul>
ла рец.	прием пищи, наименование олюда	порции	Б	ж	y	ценность (ккал)
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,8	3	4,8	50,1
88	Щи из свежей капусты на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8
294 331	Котлета рубленная из мяса птицы с красным соусом (60/40)	100	10,2	11,92	12,6	199,8
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого		740	22,64	24,53	110,1	739,03

#### Меню

#### завтраков для обучающихся 1-4-х классов

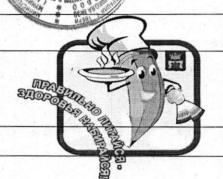
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищев	ые вещес	Энергетическая	
			Б	ж	y	ценность (ккал)
401	Оладьи с повидлом 150/50	200	10,82	11,23	87,94	493
			0,25		35,8	144,2
377	Чай с сахаром и лимоном 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3
б/н	Шоколад	15	1,05	5,1	7,5	82,5
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
	итого:	500	12,64	16,75	150,2	794

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ООО «Аутсорсинг»
Лавренова С.Е.



Меню (Здень)

на 6 декабря 2023 года.

### Меню

## обедов для обучающихся 1-4-х классов

		Масса порции	Пищев	ые вещес	North Common Com	
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда		Б	ж	y	Энергетическая ценность (ккал)
48	Салат витаминный с маслом растительным	60	0,49	3,66	3,15	47,64
103	Суп картофельный с вермишелью на курином б-не	200	2,15	2,27	13,06	94,6
256	Мясо тушеное (свинина 60/30)	90	9,5	25,4	2,3	274,5
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,1	103,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	соль йодированная	1				
итого	CAMPTERS TO NEW YORK	710	22,28	38,03	90,05	805,68

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищев	ые вещес	Энергетическая	
			Б	ж	y	ценность (ккал)
259	Жаркое по-домашнему с мясом Свинина	200	14,05	33,7	18,9	437,7
379	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	10,76	74,94
б/н	Хлеб обогащённый микронутриентами	30	2,31	0,12	12,66	60,3
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
	ИТОГО:	510	19,61	36,63	52,12	619,94

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



«УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Артсорсинг» Лавренова С.Е.

Меню (4день)



на 7 декабря 2023 года.

## Меню

# обедов для обучающихся 1-4-х классов

No nov	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пищев	ые вещест	Энергетическая	
№ рец.	прием пищи, наименование олюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)
67	Винегрет овощной с маслом растительным	60	0,84	6,02	4,4	75,06
99/105	Суп овощной с фрикадельками на курином бульоне	200	9,34	8,91	8,85	163,08
291	Плов из мяса птицы	200	16,9	10,5	35,7	305,3
388	Напиток из шиповника	180	0,6	0,25	18,7	79,38
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого		700	31,45	26,45	89,94	734,96

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищеві	ые вещес	Энергетическая	
			Б	ж	y	ценность (ккал)
223	Запеканка творожная с повидлом или джемом 200/30	200	18,9	12,9	59,7	430,5
			0,15		21,48	86,52
376	Чай с сахаром	180	0,1	0,02	6,3	25,78
338	Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
	итого:	510	19,55	13,32	97,28	589,8

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ООО «Аутсорсинг»
Лавренова С.Е.



Меню (5день)

на 8 декабря 2023 года.

## Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пище	вые вещес	Энергетическая	
ы рец.	прием пищи, наименование олюда		Б	Ж	У	ценность (ккал)
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9
84	Борщ с картофелем и фасолью на	200	6,38	4,38	11,39	119,2
234	Котлета или биточек рыбные с соусом	100	6,59	4,95	8,5	105,8
329	(50/50)		1,8	5,65	6,2	82,95
312	Картофельное пюре	150	3,07	4,8	20,44	137,25
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	.1				
итого:	A POCHOR BUS OCCUPATORS	740	22,5	20,85	111,6	705,98

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

<b>№</b> рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевь	ые вещес	Энергетическая	
			ъ	ж	y	ценность (ккал)
202	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,52	4,52	26,54	168,45
278(1)	Тефтели мясные 60/30	90	12,7	9,29	12,17	183,72
377	Чай с лимоном и сахаром 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
	итого:	555	20,14	14,7	65,49	468,47

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



Директор ООО «Аутсорсинг»
Лавренова С.Е.



Меню (бдень)

на 11 декабря 2023 года.

### Меню

# обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пище	вые вещес	Энергетическая	
ма рец.	Прием пищи, наименование олюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)
б/н	Кабачковая икра	60	0,6	2,9	3,2	41,6
96	Рассольник по-Ленинградски на кур. бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8
	Сосиска отварная	90	9,9	21,51	0,34	234,5
309	Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45
346	Компот из свежих плодов (мандарины, апельсины)	200	0,44	0,1	33,88	141,2
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль йодированная	1				
итого:	[24] (24) (24) (25) (25) (25) (25) (25) (25) (25) (25	720	19,66	33,53	78,67	727,55

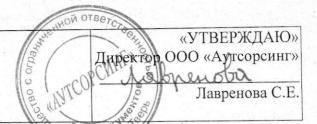
#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

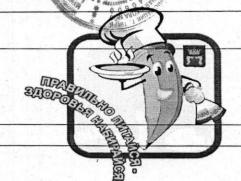
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищев	ые вещес	Энергетическая	
			Б	ж	y	ценность (ккал)
398	Блинчики с фруктовой начинкой	120	4,6	6,48	52,56	316,3
327	с соусом	30	0,1	1,3	3,9	30,4
382	Какао с молоком	200	6,5	1,3	19	94,7
338	Фрукты	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	Соль йодированная	1				
	итого:	500	11,8	9,68	90,16	511,9

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.







# Меню (7день)

на 12 декабря 2023 года.

## Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

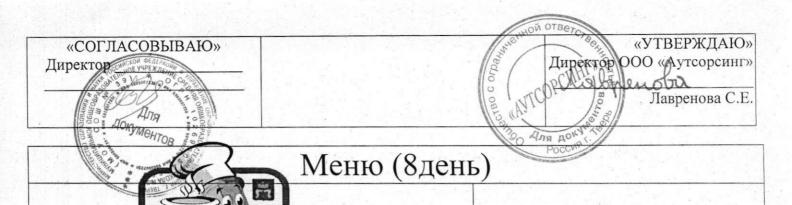
No nou	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пищев	ые вещес	тва (г.)	Энергетическая
№ рец.	прием пищи, наименование олюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9
82	Борщ с картофелем на курином бульоне	200	2,08	4,1	8,7	111
290 331	Птица тушеная с соусом (60/30)	90	10,5	10,5	3,2	145,8
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого:	La compression for the consequence of the	720	25,84	21,76	115,6	761,38

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

	Приём пищи, наименование блюда		Пищев	ые вещес		
№ рецептуры		Масса порции (г)	Б	ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
281	Биточки паровые с соусом 60/40	100	9,2	7,8	7,6	137,5
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,12	0,02	10,2	30,3
б/н	Хлеб обогащённый микронутриентами	30	2,31	0,12	12,66	60,3
б/н	Вафли	20	0,56	4,9	10,2	106,4
	Соль йодированная	1				
	итого:	500	15,84	18,21	77,34	544,2

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



на 13 декабря 2023 года.

Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищев	вые веще	Энергетическая	
ма рец.	прием пищи, наименование олюда		Б	Ж	У,	ценность (ккал)
48	Салат витаминный с растительным маслом	60	0,49	3,66	3,15	47,64
99	Суп овощной на курином бульоне	200	1,44	4,21	8,55	84,68
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	200	14,05	33,7	18,9	437,7
342	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,15	0,15	27,8	114,6
б/н	Сушка	20	2,14	0,34	14,24	52,2
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого:	The principal principal of these	710	19,67	42,53	80,44	778,82

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищ	евые вец (г.)	Энергетическая	
рецептуры			Б	Ж	y	ценность (ккал)
212	Омлет с вареной колбасой	180	12,5	25,22	2,43	338,2
379	Кофейный напиток	200	3,2	2,7	11,95	83,26
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
	итого:	510	17,5	28,79	31,98	510,46

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



«УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аупсорсинг» Лавренова С.Е.



Меню (9день)

на 14 декабря 2023 года.

### Меню

# обедов для обучающихся 1-4-х классов

	A second property of the second second	Macca	Пище	евые веще	ства (г.)	Энергетическая	
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	<b>y</b>	ценность (ккал)	
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,8	3	4,8	50,1	
88	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8	
297 329	Фрикадельки из мяса птицы с соусом (60/40)	100	9,6	12,42	9,66	189,96	
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7	
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	
	Соль йодированная	1					
итого:	THE RESERVE OF THE PROPERTY OF THE PARTY OF	720	18,59	25,68	107,8	723,68	

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

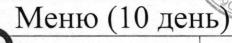
<b>№</b> рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищев	ые вещес	Энергетическая	
			Б	ж	y	ценность (ккал)
219	120/50	170	21,3	18,8	17,36	323
327	ырники с молочным соусом 120/50		0,8	2,1	6,5	50,6
378	Чай с сахаром и молоком	200	0,13	1,35	15,9	81
б/н	Фруктовое пюре	90	0,2	0,3	8,1	32,4
б/н	Пряники	40	0,84	0,8	8,5	68,68
	Соль йодированная	1				
	итого:	500	23,27	23,35	56,36	555,68

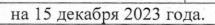
Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



Лавренова С.Е.





### Меню

## обедов для обучающихся 1-4-х классов

	Have a service and a service a		Пищ	евые вещест	ва (г.)		
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса	Б	Ж	y	Энергетическая ценность (ккал)	
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	0,07	3,1	6,6	54,06	
96	Рассольник по - Ленинградски на курином бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8	
278.1	Тефтели из мяса птицы с соусом (60/40)	100	15,69	15,08	14,65	257,4	
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,1	103,14	
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	
	Соль йодированная	1					
ITOFO:	Tanger of Congress or an arms	710	25,12	27,51	90,2	738,85	

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевн	не вещес	Энергетическая	
			Б	ж	y	ценность (ккал)
234	Котлета рыбная	90	11,86	8,91	15,3	190,44
312	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Вафли	40	1,12	9,8	20,4	185,5
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				100
	итого:	511	17,54	24	70,94	583,79

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



«УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аутсорсинг» Лавренова С.Е.

# Меню (1день)

на 18 декабря 2023 года.

# Меню

## обедов для обучающихся 1-4-х классов

		Масса порции	Пищев	ые вещест	ва (г.) 🗼	
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда		Б	ж	y	Энергетическая ценность (ккал)
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9
102	Суп с бобовыми (горох) на кур. бульоне	200	5,49	5,27	16,54	148,29
255	Печень по-строгановски (60/30)	90	14,04	10,2	3,2	139,9
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,1	103,14
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого	The state of the s	740	26,94	21,75	104,1	729,69

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищеві	ые вещес	Энергетическая	
			Б	ж	У	ценность (ккал)
175	Каша «Дружба» молочная с маслом слив. (рис, пшено)	250	7,6	12,25	39,15	296,87
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3
6	Бутерброд с колбасой полукопченой 30/20	50	5,25	8,84	15,57	170,4
б/н	Вафли	30	0,84	7,36	15,3	139,16
	Соль йодированная	1				
	итого:	510	19,59	29,65	87,12	691,73

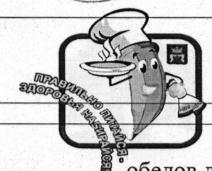
Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



Лавренова С.Е.

# Меню (2день)



на 19 декабря 2023 года.

### Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пище	вые вещес	тва (г.)	Энергетическая	
ж рец.	присм пищи, наименование олюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,8	3	4,8	50,1	
88	Щи из свежей капусты на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8	
294 331	Котлета рубленная из мяса птицы с красным соусом (60/40)	100	10,2	11,92	12,6	199,8	
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12	
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76	
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42	
	Соль йодированная	1					
итого		740	22,64	24,53	110,1	739,03	

#### Меню

завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищев	ые вещес	Энергетическая	
рецептуры			Б	Ж	У	ценность (ккал)
401	Оладьи с повидлом 150/50	200	10,82	11,23	87,94	493
			0,25		35,8	144,2
377	Чай с сахаром и лимоном 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3
б/н	Шоколад	15	1,05	5,1	7,5	82,5
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
	итого:	500	12,64	16,75	150,2	794

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



Лавренова С.Е.



# Меню (Здень)

на 20 декабря 2023 года.

# Меню

### обедов для обучающихся 1-4-х классов

	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищев	ые вещес	тва (г.)	Энергетическая ценность (ккал)
№ рец.			Б	ж	<b>y</b>	
48	Салат витаминный с маслом растительным	60	0,49	3,66	3,15	47,64
103	Суп картофельный с вермишелью на курином б-не	200	2,15	2,27	13,06	94,6
256	Мясо тушеное (свинина 60/30)	90	9,5	25,4	2,3	274,5
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,1	103,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	соль йодированная	1				
итого	1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1	710	22,28	38,03	90,05	805,68

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

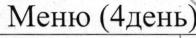
N≥	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищев	ые вещес	Энергетическая	
рецептуры			II B	ж	y	ценность (ккал)
259	Жаркое по-домашнему с мясом Свинина	200	14,05	33,7	18,9	437,7
379	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	10,76	74,94
б/н	Хлеб обогащённый микронутриентами	30	2,31	0,12	12,66	60,3
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1,				
	итого:	510	19,61	36,63	52,12	619,94

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



Лавренова С.Е.





на 21 декабря 2023 года.

### Меню

# обедов для обучающихся 1-4-х классов

Manage	П	Macca	Пищев	ые вещест	ва (г.)	Энергетическая
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	порции	Б	ж	у,	ценность (ккал)
67	Винегрет овощной с маслом растительным	60	0,84	6,02	4,4	75,06
99/105	Суп овощной с фрикадельками на курином бульоне	200	9,34	8,91	8,85	163,08
291	Плов из мяса птицы	200	16,9	10,5	35,7	305,3
388	Напиток из шиповника	180	0,6	0,25	18,7	79,38
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,37	0,3	14,49	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого		700	31,45	26,45	89,94	734,96

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

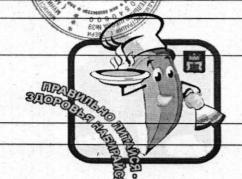
№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищев	ые вещес	Энергетическая	
			Б	ж	У	ценность (ккал)
223	Запеканка творожная с повидлом или джемом 200/30	200	18,9	12,9	59,7	430,5
			0,15	St. 51	21,48	86,52
376	Чай с сахаром	180	0,1	0,02	6,3	25,78
338	Фрукты (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
	итого:	510	19,55	13,32	97,28	589,8

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



Лавренова С.Е.



# Меню (5день)

на 22 декабря 2023 года.

## Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пище	вые вещес	тва (г.)	Энергетическая
же рец.	прием пищи, наименование олюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9
84	Борщ с картофелем и фасолью на	200	6,38	4,38	11,39	119,2
234	Котлета или биточек рыбные с соусом	100	6,59	4,95	8,5	105,8
329	(50/50)	100	1,8	5,65	6,2	82,95
312	Картофельное пюре	150	3,07	4,8	20,44	137,25
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого:	CERTIFICATION CONTRACTOR OF THE	740	22,5	20,85	111,6	705,98

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№	Control (2) was purposed to 20 to 4 forms	Масса порции (г)	Пищеві	ые вещес	Энергетическая	
рецептуры	Приём пищи, наименование блюда		ъ	ж	У	ценность (ккал)
202	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5,52	4,52	26,54	168,45
278(1)	Тефтели мясные 60/30	90	12,7	9,29	12,17	183,72
377	Чай с лимоном и сахаром 180/5	185	0,12	0,02	9,18	27,3
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
	итого:	555	20,14	14,7	65,49	468,47

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



Лавренова С.Е.



Меню (бдень)

на 25 декабря 2023 года.

## Меню

# обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пище	вые вещес	ства (г.)	Энергетическая
ж рец.	прием пищи, наименование олюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал
б/н	Кабачковая икра	60	0,6	2,9	3,2	41,6
96	Рассольник по-Ленинградски на кур. бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8
	Сосиска отварная	90	9,9	21,51	0,34	234,5
309	Макароны отварные со сливочным маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45
346	Компот из свежих плодов (мандарины, апельсины)	200	0,44	0,1	33,88	141,2
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль йодированная	1				
итого:	THE CHARGING FEMALEUM PROPERTY	720	19,66	33,53	78,67	727,55

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

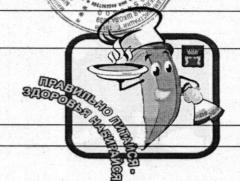
No	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищев	ые вещес	Энергетическая	
рецептуры			Б	ж	y,	ценность (ккал)
398	Блинчики с фруктовой начинкой	120	4,6	6,48	52,56	316,3
327	с соусом	30	0,1	1,3	3,9	30,4
382	Какао с молоком	200	6,5	1,3	19	94,7
338	Фрукты	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	Соль йодированная	1				
	итого:	500	11,8	9,68	90,16	511,9

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



Лавренова С.Е.



# Меню (7день)

на 26 декабря 2023 года.

## Меню

# обедов для обучающихся 1-4-х классов

Ma nove	Приём пищи, наименование блюда	Macca	Пищев	ые вещес	тва (г.)	Энергетическая
№ рец.	трием пищи, наименование олюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,64	0,1	5,1	39,9
82	Борщ с картофелем на курином бульоне	200	2,08	4,1	8,7	111
290 331	Птица тушеная с соусом (60/30)	90	10,5	10,5	3,2	145,8
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
б/н	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
итого:	A CONTRACTOR OF THE PROPERTY O	720	25,84	21,76	115,6	761,38

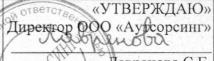
#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищеві	ые вещес		
<b>№</b> рецептуры			Б	ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
281	Биточки паровые с соусом 60/40	100	9,2	7,8	7,6	137,5
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,12	0,02	10,2	30,3
б/н	Хлеб обогащённый микронутриентами	30	2,31	0,12	12,66	60,3
б/н	Вафли	20	0,56	4,9	10,2	106,4
	Соль йодированная	1				
	итого:	500	15,84	18,21	77,34	544,2

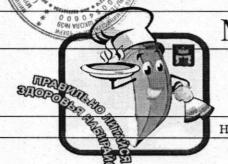
Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.





Лавренова С.Е.



Меню (8день)

на 27 декабря 2023 года.

Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищев	вые вещес	Энергетическая	
			Б	Ж	У	ценность (ккал
48	Салат витаминный с растительным маслом	60	0,49	3,66	3,15	47,64
99	Суп овощной на курином бульоне	200	1,44	4,21	8,55	84,68
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	200	14,05	33,7	18,9	437,7
342	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,15	0,15	27,8	114,6
б/н	Сушка	20	2,14	0,34	14,24	52,2
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1			3	
итого:	THE REAL PROPERTY OF THE PARTY	710	19,67	42,53	80,44	778,82

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

<b>№</b> рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая
		(г)	Б	Ж	У	ценность (ккал)
212	Омлет с вареной колбасой	180	12,5	25,22	2,43	338,2
379	Кофейный напиток	200	3,2	2,7	11,95	83,26
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
	итого:	510	17,5	28,79	31,98	510,46

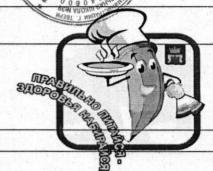
Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



Директор ООО «Аутсорсинг»

Давренова С.Е.



# Меню (9день)

на 28 декабря 2023 года.

## Меню

# обедов для обучающихся 1-4-х классов

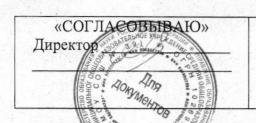
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищ	евые веще	Энергетическая	
			Б	ж	y	ценность (ккал)
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,8	3	4,8	50,1
88	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8
297 329	Фрикадельки из мяса птицы с соусом (60/40)	100	9,6	12,42	9,66	189,96
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1		H -		
итого:		720	18,59	25,68	107,8	723,68

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищев	ые вещес	Энергетическая	
			Б	ж	y	ценность (ккал)
219	G 130/50	170	21,3	18,8	17,36	323
327	Сырники с молочным соусом 120/50		0,8	2,1	6,5	50,6
378	Чай с сахаром и молоком	200	0,13	1,35	15,9	81
б/н	Фруктовое пюре	90	0,2	0,3	8,1	32,4
б/н	Пряники	40	0,84	0,8	8,5	68,68
	Соль йодированная	1				
	итого:	500	23,27	23,35	56,36	555,68

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.



утветства «УТВЕРЖДАЮ» Директор ООО «Аутсорсинг»

🤋 Лавренова С.Е.





на 29 декабря 2023 года.

### Меню

## обедов для обучающихся 1-4-х классов

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса	Пище	евые вещест		
			Б	ж	y	Энергетическая ценность (ккал)
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	0,07	3,1	6,6	54,06
96	Рассольник по - Ленинградски на курином бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8
278.1	Тефтели из мяса птицы с соусом (60/40)	100	15,69	15,08	14,65	257,4
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,1	103,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1	. 11 .			
итого;		710	25,12	27,51	90,2	738,85

#### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевь	не вещес	Энергетическая	
			Б	ж	y	ценность (ккал)
234	Котлета рыбная	90	11,86	8,91	15,3	190,44
312	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Вафли	40	1,12	9,8	20,4	185,5
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1 .				
	итого;	511	17,54	24	70,94	583,79

Основание: Контракт (договор) - г. Тверь

Исполнитель: Гапонова Т.М.