

Утверждаю
Руководитель

Руководитель учреждения

Согласовано

МЕНЮ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 1 ПО 4 КЛАССЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Период сентябрь, октябрь месяц 2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	90	15,07	20,48	14,81	252,90	№266
1 день	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	5/150	7,42	5,75	35,47	210,95	№199
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			26,02	26,76	82,15	609,97	
2 день							
	ОГУРЦЫ ПОРЦИЯМИ	20	0,42	0,06	1,14	7,20	№71
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	7,26	4,77	8,43	130,50	№234
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,06	4,80	20,44	137,25	№312
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			14,89	10,24	86,39	523,87	
3 день	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№338

	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80/50	18,64	17,21	18,61	262,40	№290
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	4,29	4,69	32,55	188,15	№203
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	8/50/150	1,52	1,35	15,50	81,00	№378
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			28,34	24,17	100,83	694,67	
4 день							
	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	0,78	1,94	3,87	36,00	№45
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ СМЕТАННОМ	55/50	8,63	11,55	10,56	183,00	№280
	РИС ОТВАРНОЙ	5/150	3,67	3,58	37,57	200,83	№304
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			16,61	17,60	83,87	565,95	
5 день							
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№338
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ	90	12,52	24,05	12,64	317,45	№295
	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	5/150	6,63	7,76	38,81	251,88	№171
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			23,08	32,74	93,12	762,45	
6 день							
	ОГУРЦЫ ПОРЦИЯМИ	20	0,42	0,06	1,14	7,20	№71
	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	12,50	17,80	11,71	261,45	№268
	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	5/150	4,02	4,64	35,67	202,16	№171

	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			20,47	23,03	80,39	616,93	
Неделя 2							
1 день							
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№338
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ	90	12,52	24,05	12,64	317,45	№295
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	4,29	4,69	32,55	188,15	№203
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			20,74	29,67	86,86	698,72	
2 день							
	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	12,50	17,80	11,71	261,45	№71
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	5/150	4,30	4,55	35,88	203,13	№291
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№349
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			20,33	22,88	79,46	610,70	
3 день							
	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	0,78	1,94	3,87	36,00	№45
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	7,26	4,77	8,43	130,50	№234
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,06	4,80	20,44	137,25	№312
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	8/50/150	1,52	1,35	15,50	81,00	№378
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	

Итого:			16,11	13,38	72,61	500,87	
4 день							
	ОГУРЦЫ ПОРЦИЯМИ	20	0,42	0,06	1,14	7,20	71
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	80/150	19,49	12,04	41,09	351,13	№291
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			24,06	12,71	98,61	607,25	
5 день							
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№338
	ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ СМЕТАННОМ	55/50	8,63	11,55	10,56	183,00	№280
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,66	9,02	34,00	200,00	№303
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			19,22	21,50	86,23	576,12	
6 день							
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	60	0,52	2,13	4,45	50,00	№62
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80/50	18,64	17,21	18,61	262,40	№290
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,06	4,80	20,44	137,25	№312
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			25,75	24,67	75,37	595,77	
Средняя величина за 12 дней:			21,30	21,61	85,49	613,61	

Утверждено
Руководитель

Согласовано
Руководитель учреждения

**МЕНЮ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 1 ПО 4 КЛАССЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЯХ**

Период ноябрь, декабрь месяц 2022 года

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	90	15,07	20,48	14,81	252,90	№266
1 день	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	5/150	7,42	5,75	35,47	210,95	№199
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			26,02	26,76	82,15	609,97	
2 день							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,84	3,61	4,96	25,68	№52
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	7,26	4,77	8,43	130,50	№234
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,06	4,80	20,44	137,25	№312
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			15,31	13,79	90,21	542,35	
3 день							
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№338

	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80/50	18,64	17,21	18,61	262,40	№290
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	4,29	4,69	32,55	188,15	№203
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	8/50/150	1,52	1,35	15,50	81,00	№378
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			28,34	24,17	100,83	694,67	
4 день							
	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	0,78	1,94	3,87	36,00	№45
	ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ СМЕТАННОМ	55/50	8,63	11,55	10,56	183,00	№280
	РИС ОТВАРНОЙ	5/150	3,67	3,58	37,57	200,83	№304
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			16,61	17,60	83,87	565,95	
5 день							
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№338
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ	90	12,52	24,05	12,64	317,45	№295
	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	5/150	6,63	7,76	38,81	251,88	№171
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			23,08	32,74	93,12	762,45	
6 день							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,84	3,61	4,96	25,68	№52
	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	12,50	17,80	11,71	261,45	№268
	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	5/150	4,02	4,64	35,67	202,16	№171

	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			20,89	26,58	84,21	635,41	
Неделя 2							
1 день							
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№338
	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ	90	12,52	24,05	12,64	317,45	№295
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	4,29	4,69	32,55	188,15	№203
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			20,74	29,67	86,86	698,72	
2 день							№71
	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	12,50	17,80	11,71	261,45	№291
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	5/150	4,30	4,55	35,88	203,13	№349
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			20,33	22,88	79,46	610,70	
3 день							
	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	0,78	1,94	3,87	36,00	№45
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	7,26	4,77	8,43	130,50	№234
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,06	4,80	20,44	137,25	№312
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	8/50/150	1,52	1,35	15,50	81,00	№378
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	

Итого:			16,11	13,38	72,61	500,87	
4 день							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,84	3,61	4,96	25,68	№52
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	80/150	19,49	12,04	41,09	351,13	№291
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			24,48	16,26	102,43	625,73	
5 день							
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№338
	ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ СМЕТАННОМ	55/50	8,63	11,55	10,56	183,00	№280
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,66	9,02	34,00	200,00	№303
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			19,22	21,50	86,23	576,12	
6 день							
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	60	0,52	2,13	4,45	50,00	№62
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80/50	18,64	17,21	18,61	262,40	№290
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	150	3,06	4,80	20,44	137,25	№312
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			25,75	24,67	75,37	595,77	
Средняя величина за 12 дней:			21,41	22,50	86,45	618,23	

Утверждаю
Руководитель

Согласовано
Руководитель
учреждения
О.В. Иванова

МЕНЮ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 5 ПО 11 КЛАССЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Период сентябрь, октябрь месяц 2022 года						
Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя 1	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	90	15,07	20,48	14,81	№266
1 день	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	5/180	8,90	6,90	42,56	№199
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	
Итого:			27,50	27,91	89,24	652,43
2 день	СЫР ПОРЦИЯМИ	15	3,42	4,44	0,00	№15
	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ	10/200	8,20	13,20	37,20	№174
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	8/50/150	1,52	1,35	15,50	№378
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	
Итого:			16,63	19,51	77,07	551,52

3 день									
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№338		
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80/50	18,64	17,21	18,61	262,40	№290		
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	5/180	5,15	5,63	39,06	225,78	№203		
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	8/50/150	1,52	1,35	15,50	81,00	№378		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14			
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98			
Итого:			29,20	25,11	107,34	732,30			
4 день									
	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	0,78	1,94	3,87	36,00	№45		
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ СМЕТАННОМ	55/50	8,63	11,55	10,56	183,00	№280		
	РИС ОТВАРНОЙ	5/180	4,44	4,30	45,20	241,00	№304		
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14			
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98			
Итого:			17,38	18,32	91,50	606,12			
5 день									
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№338		
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ	90	12,52	24,05	12,64	317,45	№295		
	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	5/180	7,96	9,31	46,57	302,26	№171		
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14			
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98			

Итого:			24,41	34,29	100,88	812,83	
Неделя 2							
1 день							
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР- ЦЫПЛЯТ	90	12,52	24,05	12,64	317,45	№295
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	5/180	5,15	5,63	39,06	225,78	№203
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			21,20	30,21	83,57	689,35	
2 день							
	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	12,50	17,80	11,71	261,45	№71
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	5/180	5,16	5,46	43,06	243,76	№291
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№349
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			21,19	23,79	86,64	651,33	
3 день							
	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	0,78	1,94	3,87	36,00	№45
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	7,26	4,77	8,43	130,50	№234
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,67	5,76	24,53	164,70	№312
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	8/50/150	1,52	1,35	15,50	81,00	№378
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			16,72	14,34	76,70	528,32	
4 день							

	ОГУРЦЫ ПОРЦИЯМИ	20	0,42	0,06	1,14	7,20	№71
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	80/150	19,49	12,04	41,09	351,13	№291
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			24,06	12,71	98,61	607,25	
5 день							
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№338
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ СМЕТАННОМ	55/50	8,63	11,55	10,56	183,00	№280
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯКАЯ	180	7,99	10,83	40,80	240,00	№303
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			20,55	23,31	93,03	616,12	
Средняя величина за 10 дней:			18,24	19,13	75,38	537,30	

Утверждаю

Руководитель

Согласовано

Руководитель
учреждения

С.В. Сидорова
Сидорова С.В.

МЕНЮ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 5 ПО 11 КЛАССЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Период ноябрь, декабрь месяц 2022 года

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	90	15,07	20,48	14,81	252,90	№266
1 день	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	5/180	8,90	6,90	42,56	253,41	№199
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
	Итого:		27,50	27,91	89,24	652,43	
2 день							
	СЫР ПОРЦИЯМИ	15	3,42	4,44	0,00	54,60	№15
	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ	10/200	8,20	13,20	37,20	299,80	№174
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	8/50/150	1,52	1,35	15,50	81,00	№378
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			16,63	19,51	77,07	551,52	
3 день							
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№338
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80/50	18,64	17,21	18,61	262,40	№290

	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	5/180	5,15	5,63		39,06	225,78	№203
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	8/50/150	1,52	1,35		15,50	81,00	№378
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30		14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22		9,88	45,98	
Итого:			29,20	25,11		107,34	732,30	
4 день								
	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	0,78	1,94		3,87	36,00	№45
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ СМЕТАННОМ	55/50	8,63	11,55		10,56	183,00	№280
	РИС ОТВАРНОЙ	5/180	4,44	4,30		45,20	241,00	№304
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01		7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30		14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22		9,88	45,98	
Итого:			17,38	18,32		91,50	606,12	
5 день								
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40		9,80	47,00	№338
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ	90	12,52	24,05		12,64	317,45	№295
	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	5/180	7,96	9,31		46,57	302,26	№171
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01		7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30		14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22		9,88	45,98	
Итого:			24,41	34,29		100,88	812,83	
Неделя 2								
1 день								
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ	90	12,52	24,05		12,64	317,45	№295
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	5/180	5,15	5,63		39,06	225,78	№203

	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01		7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30		14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22		9,88	45,98	
Итого:			21,20	30,21		83,57	689,35	
2 день								
	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	12,50	17,80		11,71	261,45	№268
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	5/180	5,16	5,46		43,06	243,76	№291
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01		7,50	30,00	№349
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30		14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22		9,88	45,98	
Итого:			21,19	23,79		86,64	651,33	
3 день								
	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	0,78	1,94		3,87	36,00	№45
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	7,26	4,77		8,43	130,50	№234
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,67	5,76		24,53	164,70	№312
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	8/50/150	1,52	1,35		15,50	81,00	№378
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30		14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22		9,88	45,98	
Итого:			16,72	14,34		76,70	528,32	
4 день								
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,84	3,61		4,96	25,68	№52
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	80/150	19,49	12,04		41,09	351,13	№291
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09		32,01	132,80	№349
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30		14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22		9,88	45,98	
Итого:			24,48	16,26		102,43	625,73	
5 день								
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40		9,80	47,00	№338
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ СМЕТАННОМ	55/50	8,63	11,55		10,56	183,00	№280
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ	180	7,99	10,83		40,80	240,00	№303

	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	
Итого:			20,55	23,31	93,03	616,12	
Средняя величина за 10 дней:			18,27	19,42	75,70	538,84	

Утверждено
Руководитель

Согласовано
Руководитель учреждения
В.Н. Рязанская

МЕНЮ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ (СУБСИДИЯ) ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЯХ

Период с сентября по декабрь 2022 года							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	130,50	
Итого:			3,79	1,46	33,20	160,50	
2 день							
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	124,50	
Итого:			0,66	0,09	32,01	132,80	
3 день							
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	8/50/150	1,52	1,35	15,50	81,00	№378
	БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	130,50	
Итого:			5,27	2,80	41,20	211,50	
4 день							
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	124,50	
Итого:			2,29	2,95	29,82	154,50	
5 день							
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376

	БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	130,50	
Итого:			3,79	1,46	33,20	160,50	
6 день							
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	БУЛОЧКА	50	3,50	5,90	26,70	174,00	
Итого:			3,54	5,91	34,20	204,00	
Неделя 2							
1 день							
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	124,50	
Итого:			2,29	2,95	29,82	154,50	
2 день							
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№349
	БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	130,50	
Итого:			3,79	1,46	33,20	160,50	
3 день							
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	8/50/150	1,52	1,35	15,50	81,00	№378
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	124,50	
Итого:			3,77	4,29	37,82	205,50	
4 день							
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349
	БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	130,50	
Итого:			4,41	1,54	57,71	263,30	
5 день							
	ЧАЙ С САХАРОМ	8/200	0,04	0,01	7,50	30,00	№376
	БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	130,50	
Итого:			3,79	1,46	33,20	160,50	
6 день							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№389
	БУЛОЧКА	50	3,50	5,90	26,70	174,00	

Итого:			4,50	5,90	46,90	258,80	
Средняя величина за 12 дней:			3,49	2,69	36,86	185,58	