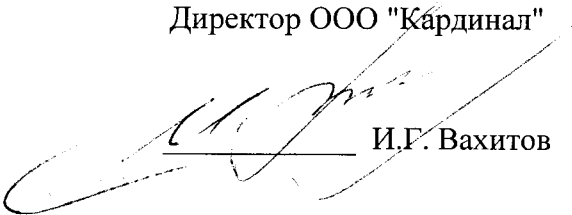


Согласовано:
МБОУ "СОШ № 25" г. Озерск


С.К. Акужинов

" 09 " 01 2025 г.

Утверждаю:
Директор ООО "Кардинал"


И.Г. Вахитов

" 09 " 01 2025 г.

**Примерное 2-х недельное меню
(первых блюд и напитков)
для обучающихся общеобразовательных учреждений
с 7 до 18 лет (1 - 11 класс)
на сумму 50,00 руб. (родительские средства)**

Примерное 2-х недельное меню набора горячих блюд (1-ые блюда)
для обучающихся общеобразовательных учреждений
с 7 до 18 лет (1 - 11 класс)
на сумму 50,00 рублей.

№ п/п	Наименование	Выход,	Белки,	Жиры,	Углевод	Энергетич	№ рецептуры
		г	г	г	ы, г	еская ценность, ккал	
1 НЕДЕЛЯ							
День 1							
1	Рассольник Ленинградский с мясом птицы со сметаной	250/20/10	6,96	10,3	12,41	175,85	Сб.2015г. № 96
2	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	Сб.2015г. № 376
3	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
4	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	69,60	
	Итого за день		11,08	10,95	56,72	375,59	
День 2							
1	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом птицы со сметаной	250/20/10	6,71	10,16	8,33	158,35	Сб.2015г. № 88
2	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	0,35	0,08	29,85	122,2	Сб.2015г. № 348
3	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
4	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	69,60	
	Итого за день		11,11	10,87	67,49	420,29	
День 3							
1	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	250/20	10,17	8,98	16,61	200,65	Сб.2015г. № 102
2	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	Сб.2015г. № 388
3	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
4	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	69,60	
	Итого за день		14,90	9,89	66,68	428,59	
День 4							
1	Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы со сметаной	250/20/10	6,74	10,13	11,36	172,35	Сб.2015г. № 82
2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	Сб.2015г. № 349
3	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
4	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	69,60	
	Итого за день		11,45	10,85	72,68	444,89	
День 5							
1	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	250/20	7,25	9,25	11,69	168,15	Сб.2015г. № 113
2	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	Сб.2015г. № 376
3	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
4	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	69,60	
	Итого за день		11,37	9,90	56,00	367,89	
	Всего за период		59,91	52,46	319,57	2037,25	
	Среднее значение за период		11,98	10,49	63,91	407,45	

2 НЕДЕЛЯ						
День 1						
1	Суп картофельный с крупой с мясом говядины	250/20	7,42	6,61	12,11	142,06 Сб.2015г. № 101
2	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20 Сб.2015г. № 388
3	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
4	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	69,60
	Итого за день		12,15	7,52	62,18	370,00
День 2						
1	Суп из овощей с мясом птицы	250/20	6,27	8,7	9,22	147,65 Сб.2015г. № 99
2	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00 Сб.2015г. № 376
3	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
4	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	69,60
	Итого за день		10,39	9,35	53,53	347,39
День 3						
1	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом птицы со сметаной	250/20/10	6,71	10,16	8,33	158,35 Сб.2015г. № 88
2	Компот из свежемороженных ягод (вишня)	200	0,32	0,08	28,2	116,6 Сб.2015г. № 342
3	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
4	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	69,60
	Итого за день		11,08	10,87	65,84	414,69
День 4						
1	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы	250/20	7,37	6,55	17,53	170,65 Сб.2015г. № 103
2	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20 Сб.2015г. № 388
3	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
4	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	69,60
	Итого за день		12,10	7,46	67,60	398,59
День 5						
1	Суп картофельный с бобовыми с мясом птицы	250/20	10,17	8,98	16,61	200,65 Сб.2015г. № 102
2	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80 Сб.2015г. № 389
3	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
4	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	69,60
	Итого за день		15,22	9,61	66,12	425,19
	Всего за период		60,94	44,81	315,27	1955,86
	Среднее значение за период		12,19	8,96	63,05	391,17

При разработки данного меню были использованы рецептуры следующих сборников: Сборник 2015г. Тутельян В.А сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник 2005г. Министерство экономического развития Челябинской области. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Челябинской области, предназначен для организаторов школьного питания. В сборнике представлены: методические рекомендации по организации питания учащихся образовательных учреждений, примерные рационы питания по возрастным группам и технико-технологические карты на кулинарные блюда и изделия. Сборник 2016г. Тутельян В.А. Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях.

При приготовлении блюд и изделий используется йодированная соль

В исключительных случаях, при отсутствии необходимых пищевых продуктов, допускается их замена другими продуктами, равноценными по химическому составу (пищевой ценности) в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов (приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20)