Согласовано:
МБОУ "СОШ № 25" г. Озерск

_____ С.К. Акужинов

"10" 01 2024 г.

Утверждаю:
Директор ООО "Кардинал"

_____ И.Г. Вахитов

"10" 01 2024 г.

2-х недельное меню горячего питания
для обучающихся общеобразовательных учреждений
с 1 по 4 класс (7 - 11 лет) на сумму 76,66 руб.

2-х недельное меню горячего питания (завтраки) для обучающихся общеобразовательных учреждений с 1 по 4 класс (7 - 11 лет) на сумму 76,66 руб.

№ п/п	Наименование	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
	1 НЕДЕЛЯ						
	День 1						
1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,80	3,65	5,11	56,47	Сб.2015 г. № 45
2	Сосиски отварные	90	8,46	13,50	10,28	158,22	Сб.2015 г. № 243
3	Макаронные изделия отварные	150	5,69	0,69	29,65	147,59	Сб.2015 г. № 202
4	Чай с лимоном	200/7	0,53	0,00	9,87	41,60	Сб.2015 г. № 377
5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого за день	537	17,85	18,14	69,40	474,02	
	День 2						
1	Тефтели 1-й вариант	60/50	8,13	9,01	10,72	245,53	Сб.2015 г. № 278
2	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,80	6,71	38,15	248,22	Сб.2015 г. № 171
3	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	Сб.2015 г. № 349
4	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	
	Итого за день	500	21,25	16,42	115,45	783,65	
	День 3						
1	Гуляш (грудка)	50/50	9,00	9,65	3,29	136,01	Сб.2015 г. № 260
2	Рис отварной	150	4,89	7,23	48,89	280,15	Сб.2015 г. № 304
3	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	86,60	Сб.2015 г. № 389
4	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90	
	Итого за день	500	18,84	17,58	96,53	619,66	
	День 4						
1	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50	15,16	15,54	14,94	166,85	Сб.2015 г. № 229
2	Пюре картофельное	150	3,08	4,80	20,44	137,25	Сб.2015 г. № 312
3	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	60,00	Сб.2015 г. № 376
4	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90	
	Итого за день	500	22,72	20,84	69,00	481,00	
	День 5						
1	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	1,09	3,63	13,77	92,05	Сб.2016 г. № 29
2	Плов из мяса птицы	50/150	21,98	22,52	34,69	459,30	Сб.2015 г. № 291
3	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	Сб.2015 г. № 349
4	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	
	Итого за день	500	27,39	26,85	115,04	841,25	

	2 НЕДЕЛЯ						
	День 1						
1	Тефтели 2-й вариант	60/50	11,84	15,12	15,54	245,53	Сб.2015 г. № 279
2	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,80	6,71	38,15	248,22	Сб.2015 г. № 171
3	Напиток из плодов шиповника	200	0,40	0,27	17,20	72,80	Сб.2015 г. № 388
4	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90	
	Итого за день	510	24,99	22,60	95,04	683,45	
	День 2						
1	Морковь отварная (порциями)	60	0,78	1,55	3,10	29,58	Сб.1996 г.Таб.24
2	Котлета домашняя	90	11,10	19,50	12,29	259,50	Сб.2015 г. № 271
3	Макаронные изделия отварные	150	5,69	0,69	29,65	147,59	Сб.2015 г. № 202
4	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	60,00	Сб.2015 г. № 376
5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого за день	530	20,47	22,04	69,00	566,81	
	День 3						
1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,80	3,65	5,11	56,47	Сб.2015 г. № 45
2	Котлета по - Куравински с соусом	70/30	10,61	7,75	13,01	125,54	ТТК № 156
3	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	Сб.2015 г. № 312
4	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	Сб.2015 г. № 349
5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого за день	540	18,00	16,80	100,31	585,78	
	День 4						
1	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,13	65,72	Сб.2015 г. № 14
2	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	53,75	Сб.2015 г. № 15
3	Омлет натуральный с маслом сливочным	50/5	5,39	9,60	1,02	112,00	Сб.2015 г. № 210
4	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	200/5	6,08	11,18	43,46	300,00	Сб.2015 г. № 175
5	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	60,00	Сб.2015 г. № 376
6	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	140,28	
	Итого за день	545	20,32	33,01	83,06	731,75	
	День 5						
1	Свекла отварная (порциями)	60	0,42	0,06	1,14	6,60	Сб.1996 г.Таб.24
2	Птица тушеная в соусе (филе)	50/50	14,92	15,45	4,39	191,25	Сб.2015 г. № 290
3	Макаронные изделия отварные	150	5,69	0,69	29,65	147,59	Сб.2015 г. № 202
4	Компот из смеси сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	Сб.2015 г. № 349
5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого за день	540	24,56	16,80	96,93	611,96	
	Всего за период		216,39	211,08	909,76	6 379,33	
	Среднее значение за период		21,64	21,11	90,98	637,93	

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 рекомендациипо 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)