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 льготной категории обучающихся с 5 по 11 класс
(дети из малообеспеченных семей)
на сумму 76,66 руб.

2-х недельное меню горячего питания
для льготной категории обучающихся с 5 по 11 класс
(дети из малообеспеченных семей)
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 с маслом сливочным	90/10	9,40	15,00	18,88	210,80	Сб.2015 г. № 243
3	Макаронные изделия отварные	180	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	570	18,79	19,64	77,60	545,00	
	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	180	8,80	8,89	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	60	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого за день	550	20,46	18,50	110,62	760,27	
	День 3						
1	Гуляш (грудка)	50/50	9,00	9,65	3,29	136,01	Сб.2015 г. № 260
2	Рис отварной	180	4,89	9,09	48,89	280,15	Сб.2015 г. № 304
3	Чай с лимоном	200/7	0,53	0,00	9,87	41,60	Сб.2015 г. № 377
4	Хлеб пшеничный	63	5,21	0,66	31,88	157,31	
	Итого за день	550	19,63	19,40	93,93	615,07	
	День 4						
1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,80	3,65	5,11	56,47	Сб.2015 г. № 45
2	Рыба, тушенная в томате с овощами	50/50	15,16	15,54	14,94	166,85	Сб.2015 г. № 229
3	Картофель по-домашнему	180	3,08	6,54	33,59	191,54	Сб.2005 г. № 27
4	Чай с сахаром	200	0,53	0,00	9,47	60,00	Сб.2015 г. № 376
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого за день	570	21,94	26,03	77,60	545,00	
	День 5						
1	Свекла отварная (порциями)	60	0,42	0,06	1,14	6,60	Сб.1996 г.Таб.24
2	Плов из мяса птицы	50/200	27,48	28,15	43,36	574,13	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	550	32,22	28,91	111,08	870,63	

	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	180	8,80	6,71	38,15	248,22	Сб.2015 г. № 171
3	Кисель плодово-ягодный	200	0,00	0,00	15,30	59,00	Сб.1996 г. № 591
4	Хлеб пшеничный	60	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого за день	550	23,01	22,13	83,48	622,89	
	День 2						
1	Морковь отварная (порциями)	60	0,78	1,55	3,10	29,58	Сб.1996 г.Таб.24
2	Биточки "Солнышко"	100	11,99	14,33	21,89	239,69	Сб.2005 г. № 53
3	Макаронные изделия отварные	180	5,69	2,39	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	570	21,36	18,57	78,60	547,00	
	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	180	3,08	6,54	33,59	191,54	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	570	18,02	18,54	113,46	640,07	
	День 4						
1	Сыр (порционно)	10	2,32	2,95	0,00	35,83	Сб.2015 г. № 15
2	Омлет натуральный	60	5,39	9,60	10,16	112,00	Сб.2015 г. № 210
3	Каша молочная из пшенной крупы с маслом сливочным	200/5	7,51	11,72	37,05	285,00	Сб.2015 г. № 182
4	Чай с молоком	150/50/15	1,52	1,35	15,90	81,00	Сб.2015 г. № 378
5	Хлеб пшеничный	60	2,37	0,30	14,49	70,14	
	Итого за день	550	19,11	25,92	77,60	583,97	
	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	180	5,69	2,39	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	570	24,56	18,50	96,93	611,96	
	Всего за период		219,10	216,14	920,90	6 341,86	
	Среднее значение за период		21,91	21,61	92,09	634,19	
	Содержание Б, Ж, У в % от калорийности		1	1	4		

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

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)