

Приложение

Утверждено

приказом от 02.09.2024 г. № 113

/А.Б. Борлаков/

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ (ОСНОВНОЕ) МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕННЫХ БЛЮД ДЛЯ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

МБОУ

Вводится 1 мая 2024 г.

Возрастная группа 7-11 лет

Сезон: весенний

Наименование сборника рецептов: "Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях", под ред. Могильного М.П., 2011 г. (рекомендован НИИ питания РАМН 1 ноября 2011 г.)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептур	цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
<b>Первая неделя Первый день (1)</b>								
	Бутерброды с сыром российским и маслом	60	7,00	10,00	17,80	188	3	24,35
	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,10	5,80	26,60	187	54-20к	11,55
	Кофейный напиток с молоком	200	1,20	2,70	16,00	101	379	12,00
<b>Завтрак</b>	Хлеб пшеничный нарезной	30	3,20	1,40	13,10	82	ПРОМ	2,10
	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	71	338	19,50
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0,00	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	Итого завтрак		19,10	20,50	88,20	629	720	69,50
	<b>Итого за 1-ый день первой недели</b>		<b>19,10</b>	<b>20,50</b>	<b>88,20</b>	<b>629</b>	<b>720</b>	<b>69,50</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецеп-туры	Цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
<b>Первая неделя Второй день (2)</b>								
	Ййца вареные с икрой кабакжковой	60	5,30	6,00	1,70	82	209	12,51
	Каша молочная "Дружба"	200	5,00	5,80	24,10	169	54-16к-2020	15,77
	Кофейный напиток с молоком	200	1,20	2,70	16,00	101	379	12,00
	Хлеб пшеничный нарезной	50	5,40	2,30	21,80	137	ПРОМ	3,50
<i>Завтрак</i>		0,00	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0,00	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0,00	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0,00	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак		16,90	16,80	63,60	489	588	43,78
	<b>итого за 2-ой день первой недели</b>		<b>16,90</b>	<b>16,80</b>	<b>63,60</b>	<b>489</b>	<b>588</b>	<b>43,78</b>
<b>Первая неделя Третий день (3)</b>								
	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0,80	2,00	3,90	36	45	4,19
	Котлета рыбная (минтай) с соусом томатным (2 вариант)	110	11,90	3,80	9,30	119	54-Зр-2022	36,03
	Пюре картофельное	150	3,10	4,30	23,00	142	312	15,43
<i>Завтрак</i>	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	13,70	56	377	3,15
	Хлеб пшеничный нарезной	50	5,40	2,30	21,80	137	ПРОМ	3,50
	Дюблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	71	338	19,50
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак		21,90	13,00	86,40	561	1072	81,80
	<b>итого за 3-ий день первой недели</b>		<b>21,90</b>	<b>13,00</b>	<b>86,40</b>	<b>561</b>	<b>1072</b>	<b>81,80</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
<b>Первая неделя Четвертый день (4)</b>								
	Бутерброды с сыром российским и маслом	60	7,00	10,00	17,80	188	3	24,35
	Тефтели из говядины 2-й вариант с рисом со сметанным соусом и томатом	120	8,10	9,00	10,30	155	279	41,92
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	6,30	36,00	234	54-4г	13,03
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	14,00	56	376	1,63
	Хлеб пшеничный нарезной	30	3,20	1,40	13,10	82	ПРОМ	2,10
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	<b>итого завтрак</b>		<b>26,70</b>	<b>26,70</b>	<b>91,20</b>	<b>715</b>	<b>658</b>	<b>83,03</b>
	<b>итого за 4-ый день первой недели</b>		<b>26,70</b>	<b>26,70</b>	<b>91,20</b>	<b>715</b>	<b>658</b>	<b>83,03</b>
<b>Первая неделя Пятый день (5)</b>								
	Котлеты рубленые из филе птицы со сметанным соусом с томатом и луком	110	10,30	12,00	12,70	200	294	45,93
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,50	4,50	26,50	168	309	7,70
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	14,00	56	376	1,63
	Хлеб пшеничный нарезной	50	5,40	2,30	21,80	137	ПРОМ	3,50
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	<b>итого завтрак</b>		<b>21,30</b>	<b>18,80</b>	<b>75,00</b>	<b>561</b>	<b>979</b>	<b>58,76</b>
	<b>итого за 5-ый день первой недели</b>		<b>21,30</b>	<b>18,80</b>	<b>75,00</b>	<b>561</b>	<b>979</b>	<b>58,76</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
	<b>Вторая неделя Первый день (6)</b>							
	Бутерброды с сыром российским и маслом	60	7,00	10,00	17,80	188	3	24,35
	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	210	6,10	10,70	32,40	251	181	19,35
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	14,00	56	376	1,63
	Хлеб пшеничный нарезной	30	3,20	1,40	13,10	82	ПРОМ	2,10
	ДБлоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	71	338	19,50
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак		17,00	22,70	92,00	648	898	66,93
	<b>итого за 1-ый день второй недели</b>		<b>17,00</b>	<b>22,70</b>	<b>92,00</b>	<b>648</b>	<b>898</b>	<b>66,93</b>
	<b>Вторая неделя Второй день (7)</b>							
	Макаронны отварные с сыром	156	10,60	12,40	26,60	261	204	29,43
	Какао с молоком	200	4,10	3,50	17,60	119	382	13,30
	Хлеб пшеничный нарезной	50	5,40	2,30	21,80	137	ПРОМ	3,50
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	<u>Завтрак</u>	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак		20,10	18,20	66,00	517	586	46,23
	<b>итого за 2-ой день второй недели</b>		<b>20,10</b>	<b>18,20</b>	<b>66,00</b>	<b>517</b>	<b>586</b>	<b>46,23</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
	<b>Вторая неделя Третий день (8)</b>							
	Огурцы консервированные	60	0,50	0,10	0,40	8	ПРОМ	7,20
	Плов из курицы	200	17,00	10,50	35,70	305	291	41,79
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	14,00	56	376	1,63
	Хлеб пшеничный нарезной	50	5,40	2,30	21,80	137	ПРОМ	3,50
<i>Завтрак</i>		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
		0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	Итого завтрак		23,00	12,90	71,90	506	667	54,12
	<b>Итого за 3-ий день второй недели</b>		<b>23,00</b>	<b>12,90</b>	<b>71,90</b>	<b>506</b>	<b>667</b>	<b>54,12</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептур	Цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
	<b>Вторая неделя Четвертый день (9)</b>							
	Бутерброды с сыром российским и маслом	60	6,96	9,96	17,80	188	3	24,35
	Каша вязкая молочная из риса с маслом и сахаром	220	6,00	10,85	52,93	334	174	24,21
	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,69	56	377	3,15
Завтрак	Хлеб пшеничный нарезной	50	5,35	2,25	21,75	137	ПРОМ	3,50
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак		18,43	23,08	106,17	715	554	55,21
	<b>итого за 4-ый день второй недели</b>		<b>18,43</b>	<b>23,08</b>	<b>106,17</b>	<b>715</b>	<b>554</b>	<b>55,21</b>
	<b>Вторая неделя Пятый день (10)</b>							
	Котлеты рубленые из филе птицы со сметанным соусом с томатом и луком	110	10,30	12,00	12,70	200	294	45,93
	Макаронные изделия отварные с маслом	155	5,60	6,00	31,50	202	203	7,55
	Какао с молоком	200	4,10	3,50	17,60	119	382	13,30
Завтрак	Хлеб пшеничный нарезной	50	5,40	2,30	21,80	137	ПРОМ	3,50
	Доблоки свежие	150	0,60	0,60	14,70	71	338	19,50
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого за 5-ый день второй недели		26,00	24,40	98,30	729	1217	89,78
	Итого за все дни завтрак		26,00	24,40	98,30	729	1217	89,78
	<b>Всего за 10 дней</b>		<b>210,43</b>	<b>197,08</b>	<b>838,77</b>	<b>6070</b>	<b>7939</b>	<b>649,14</b>
	<b>Среднее значение за период</b>		<b>21,04</b>	<b>19,71</b>	<b>83,88</b>	<b>607</b>	<b>794</b>	<b>64,91</b>