

Утверждено Директор МБОУ СОШ №1 г. Калининска

 С.А. 01.09.2024 г



Меню приготавливаемых блюд

Филиал №1 в селе Катериновка

Неделя	День 1		Обед			Возрастная категория: 12 лет и старше		
	Наименование блюда	вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Суп картофельный с крупой с мясом курицы (рис)	250		1.98	2.74	14.58	90.75	101/2011
	Макаронные изделия отварные со слив. маслом	200		17.54	18.7	115.86	673.02	309/2011
	Гуляш из птицы (курицы)	150		12.55	12.99	4.01	182.25	246/2011
	Салат из белокочанной капусты с морковью (с термообработкой)	100		1.41	5.08	9.02	87.4	45/2011
	Чай с сахаром	200		0.2	0	14	28	376/2011
	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	80		6.48	0.8	39.04	193	
	Итого	980	52.7	40.16	40.31	157.47	1254.42	

Неделя 1	День 2		Обед					
	Наименование блюда	вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Суп картофельный с крупой с мясом курицы (пшено)	250		2.18	2.84	14.29	91.5	204/2005
	Каша рассыпчатая (гречневая) со слив. маслом из птицы с овощами	200		25.38	21.25	44.61	471.25	291/2011
	Салат из свеклы отварной с зеленым горошком	100		1.43	6.09	8.36	93.9	53/2011
	Компот из смеси сухофруктов	200		0.04	0	24.76	94.2	349/2011
	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	80		6.48	0.8	39.04	193	
	Итого	830	52.7	35.51	30.98	131.06	943.85	

Неделя 1	День 3		Обед					
	Наименование блюда	вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
	Щи из свежей капусты и картофелем со сметаной	250		6.37	10.06	8.26	287.3	88/2011
	Плов из птицы (100/160)	260		25.38	21.25	44.61	471.25	291/2011
	Салат из моркови с курагой (термообработкой)	100		1.74	0.12	12.55	55.08	63/2005
	Кисель плодово-ягодный	200		0.04	0	24.76	94.2	349/2011
	Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	80		6.48	0.8	39.04	193	
	Итого	890	52.7	40.01	32.23	129.22	1100.83	

Неделя 1

День
4

Обед

Наименование блюда	вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле- воды		
Суп -лапша с курицей	250		2.68	2.8	17.14	104.5	111/2011
Рис отварной	180		4.46	6.53	45.32	258.07	132/2011
Печень тушеная говяжья	100		9,78	11,66	16,41	210	282/2011
Салат из свежих огурцов (с термообработкой)	60		2	0.8	4.6	42	71/2011
Чай с сахаром	200		0.2	0	14	28	376/2011
Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	80		6.48	0.8	39.04	193	
Фрукт	100		1.5	0.5	21	96	б/н
Итого	970	89.84	25.6	22.59	136.51	931.57	

Молоко питьевое ультрапастеризованное мдж 3,2% , коробка 1 штука -200 мл

Неделя 1

День
5

Обед

0

Наименование блюда	вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле- воды		
Суп картофельный с крупой с мясом курицы (рис)	250		1.98	2.74	14.58	90.75	101/2011
Овощи тушеные с мясом курицы 180/100 со слив.маслом	280		18.27	20.54	28.74	572.49	284/2011
Салат из белокочанной капусты с морковью(с термообработкой)	60		1.41	5.08	9.02	87.4	45/2011
Компот из смеси сухофруктов	200		0.04	0	24.76	94.2	349/2011
Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	80		6.48	0.8	39.04	193	
Фрукт	100		1.5	0.5	21	96	б/н
Итого	970	89.84	29.68	29.66	137.14	1133.84	

Молоко питьевое ультрапастеризованное мдж 3,2% , коробка 1 штука -200 мл

Неделя 2

День
6

Обед

Наименование блюда	вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле- воды		
Суп картофельный с бобовыми (горох) с мясом курицы	250		2.69	2.84	17.14	104.75	103/2011
Макаронные изделия отварные со слив. маслом	200		17.54	18.7	115.86	673.02	309/2011

Хлеб пшеничный, ржано- пшеничный	80		6.48	0.8	39.04	193	
Итого	1015	89.84	66.15	39.5	138.06	1142.65	

Молоко питьевое ультрапастеризованное мдж 3,2% , коробка 1 штука -200 мл

средняя стоимость обеда

89,84

Меню составлено по сборнику рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях
Под ред. Могильного, В.А.Тутельяна : ДеЛипринг 2011г