

Утверждено: МБОУ СОШ №1 г. Калининска
 от: 01.09.2024 г

Приложение №8
 к СанПин 2.3/2.4.3590-20



Меню приготавливаемых блюд

Филиал: Калининский район, с/пос. Батериновка

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)	60		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	940	89.84	40.16	40.31	157.47	1254.42	

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

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	60		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	
Фрукт	100		1.5	0.5	21	96	б/н
Итого	890	89.84	37.01	31.48	152.06	1039.85	

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

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)	60		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	850	89.84	40.01	32.23	129.22	1100.83	

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

Неделя 1		День 4		Обед			Энергетическая ценность	№ рецептуры
Наименование блюда	вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества					
			Белки	Жиры	Углеводы			
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)	100		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		
Итого	910	52.7	25.6	22.59	136.51	835.57		

Неделя 1		День 5		Обед 0			Энергетическая ценность	№ рецептуры
Наименование блюда	вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества					
			Белки	Жиры	Углеводы			
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)	100		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		
Итого	910	52.7	28.18	29.16	116.14	1037.84		

Неделя 2		День 6		Обед			Энергетическая ценность	№ рецептуры
Наименование блюда	вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества					
			Белки	Жиры	Углеводы			
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	
Котлеты из курицы	100		15.55	11.55	15.7	228.75	268/2011	
Салат из свеклы отварной с зеленым горошком	100		1.43	6.09	8.36	93.9	53/2011	

	блюда	блюда	Белки	Жиры	Угле- воды	еская ценность	рецептуры
Щи из свежей капусты и картофелем со сметаной	250		6.37	10.06	8.26	287.3	88/2011
Пшено(отварное) со слив. Маслом 200/10	200		8.8	7.62	50.5	306	679/2005
Рыба тушеная в томатном соусе с овощами 100/25	125		18.03	10.21	8.49	195	229/2011
Салат из белокочанной капусты с морковью(с термообработкой)	100		1.41	5.08	9.02	87.4	45/2011
Кисель плодово-ягодный	200		0.3	0	34.5	139.2	349/2011
Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	80		6.48	0.8	39.04	193	
Итого	955	52.7	41.39	33.77	149.81	1207.9	

Неделя 2

День 10

Обед

Наименование блюда	вес блюда	Цена блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле- воды		
Суп картофельный с клецками с мясом курицы 250/25	275		7.29	5.7	16.99	148.5	108,109/2011
Каша вязкая из бобовых (горох) 200/10 со слив. маслом	210		38.2	13.92	55.66	497	197/2011
Гуляш из птицы (курицы)	150		12.55	12.99	4.01	182.25	246/2011
Салат из свеклы отварной с зеленым горошком	100		1.43	6.09	8.36	93.9	53/2011
Чай с сахаром	200		0.2	0	14	28	376/2011
Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	80		6.48	0.8	39.04	193	
Итого	1015	52.7	66.15	39.5	138.06	1142.65	

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