

Приложение
УТВЕРЖДЕНО
приказом от _____ 2024 N _____

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

Вводится 1 мая 2024 г.
Возрастная группа 7-11 лет
Сезон: весенний

Наименование сборника рецептур: "Сборник рецептур 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 рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
	Первая неделя Первый день (1)							
<u>Завтрак</u>	Бутерброды с сыром российский 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
	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	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак		19,10	20,50	88,20	629	720	69,50
	итого за 1-ый день первой недели		19,10	20,50	88,20	629	720	69,50

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецеп-туры	цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
	Первая неделя Второй день (2)							
	Яйца вареные с икрой кабачковой	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
<u>Завтрак</u>	0,00	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0,00	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0,00	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	0,00	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		16,90	16,80	63,60	489	588	43,78
	итого за 2-ой день первой недели		16,90	16,80	63,60	489	588	43,78
	Первая неделя Третий день (3)							
	Салат из белокочанной 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	54-3р-2022	36,03
<u>Завтрак</u>	Пюре картофельное	150	3,10	4,30	23,00	142	312	15,43
	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
	Яблоки 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		21,90	13,00	86,40	561	1072	81,80
	итого за 3-ий день первой недели		21,90	13,00	86,40	561	1072	81,80

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	N рецеп-туры	цена
			Белки	Жиры	Угле-воды				
	Первая неделя Четвертый день (4)								
<i>Завтрак</i>	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	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		26,70	26,70	91,20	715	658	83,03	
	итого за 4-ый день первой недели		26,70	26,70	91,20	715	658	83,03	
	Первая неделя Пятый день (5)								
<i>Завтрак</i>	Котлеты рубленные 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	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	
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00	
	итого завтрак		21,30	18,80	75,00	561	979	58,76	
	итого за 5-ый день первой недели		21,30	18,80	75,00	561	979	58,76	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецеп-туры	цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
	Вторая неделя Первый день (6)							
	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
<u>Завтрак</u>	Яблоки 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
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак		17,00	22,70	92,00	648	898	66,93
	итого за 1-ый день второй недели		17,00	22,70	92,00	648	898	66,93
	Вторая неделя Второй день (7)							
	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
<u>Завтрак</u>	Хлеб пшеничный нарезной	50	5,40	2,30	21,80	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
	итого завтрак	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого за 2-ой день второй недели		20,10	18,20	66,00	517	586	46,23

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
	Вторая неделя Третий день (8)							
<i>Завтрак</i>	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
	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		23,00	12,90	71,90	506	667	54,12
	итого за 3-ий день второй недели		23,00	12,90	71,90	506	667	54,12

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецеп-туры	Цена
			Белки	Жиры	Угле-воды			
	Вторая неделя Четвертый день (9)							
	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
<u>Завтрак</u>	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
	итого за 4-ый день второй недели		18,43	23,08	106,17	715	554	55,21
	Вторая неделя Пятый день (10)							
	Котлеты рубленные из филе птицы со сметанным соусом с томатом и луком	110	10,30	12,00	12,70	200	294	45,93
<u>Завтрак</u>	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
	Хлеб пшеничный нарезной	50	5,40	2,30	21,80	137	ПРОМ	3,50
	Яблоки 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
	0	0	0,00	0,00	0,00	0	0	0,00
	итого завтрак		26,00	24,40	98,30	729	1217	89,78
	итого за 5-ый день второй недели		26,00	24,40	98,30	729	1217	89,78
	Итого за все дни завтрак		210,43	197,08	838,77	6070	7939	649,14
	Всего за 10 дней		210,43	197,08	838,77	6070	7939	649,14
	Среднее значение за период		21,04	19,71	83,88	607	794	64,91

