

Согласовано:

  
\_\_\_\_\_



“ ” \_\_\_\_\_ 2024г.

Утверждаю:

и.о. директора  
МКУ “КП и СП”  
\_\_\_\_\_

Габдеева Е.А.

“16” \_\_\_\_\_ 2024г.

**МЕНЮ**  
**для организованного питания**  
**учащихся с 7 до 11 лет**  
**вторая смена**

меню с 7 до 11 лет 2 смена

1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
<b>понедельник</b>												
<b>Обед 1-4 классы 2 смена</b>												
суп харт с рыбными консервами	200	4,0	4,0	15,0	111,0	539,0	541,0	24,0	1,0	0,0	18,0	131/96
котлета рубленая из птицы	90	20,0	7,0	16,0	207,0	597,0	66,0	38,0	1,0	0,0	0,0	498/4
рожки отварные	150	4,0	6,0	39,0	229,0	1008,0	55,0	11,0	1,0	0,0	0,0	273/96
масло сливочное	10	0,0	0,0	8,0	75,0	1,0	2,0	1,0	0,0	0,0	0,0	22/97
чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	627/96
батон	50	4,0	1,0	27,0	138,0	156,0	49,0	8,0	0,0	0,0	0,0	35/01
<b>итого</b>	<b>700</b>	<b>32,0</b>	<b>18,0</b>	<b>120,0</b>	<b>817,0</b>	<b>2302,0</b>	<b>738,0</b>	<b>87,0</b>	<b>4,0</b>	<b>0,0</b>	<b>18,0</b>	
<b>вторник</b>												
<b>Обед 1-4 классы 2 смена</b>												
борщ с капустой и картофелем	200	1,0	3,0	10,0	78,0	480,0	264,0	33,0	1,0	0,0	16,0	110/4
сметана	10	0,0	2,0	0,0	16,0	4,0	12,0	9,0	0,0	0,0	0,0	629
биточек рубленый из свинины	90	12,0	28,0	16,0	364,0	1153,0	64,0	43,0	2,0	0,0	0,0	416/96
рис отварной	150	14,00	6,00	31,00	223,00	588,00	440,00	65,00	4,00	0,00	0,00	465/96
соус краснодарский	20	0,00	0,00	8,00	33,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	438/01
напиток из хурagi	200	1,00	0,00	28,00	116,00	3,00	265,00	25,00	1,00	0,00	1,00	651/96
батон	25	2,00	1,00	13,00	69,00	78,00	25,00	4,00	0,00	0,00	0,00	35/ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,0	115,0	16,0	0,0	0,0	0,0	299
<b>итого</b>	<b>720</b>	<b>33,00</b>	<b>41,00</b>	<b>122,00</b>	<b>984,0</b>	<b>2693,0</b>	<b>1185,0</b>	<b>195,0</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>17,0</b>	
<b>среда</b>												
<b>Обед 1-4 классы 2 смена</b>												
суп картофельный с бобовыми	200	5,0	4,0	16,0	118,0	479,0	374,0	30,0	2,0	0,0	0,0	139/4
шницель рубленый из говядины L	90	14,0	16,0	17,0	264,0	636,0	268,0	44,0	2,0	0,0	1,0	283/31
пюре картофельное по-домашнему	150	3,0	5,0	24,0	159,0	1214,0	853,0	27,0	1,0	0,0	30,0	226/01
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96
батон оздоровительный	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882/06
<b>итого</b>	<b>715</b>	<b>30,0</b>	<b>27,0</b>	<b>119,0</b>	<b>894,0</b>	<b>2679,0</b>	<b>1566,0</b>	<b>114,0</b>	<b>6,0</b>	<b>0,0</b>	<b>31,0</b>	
<b>четверг</b>												
<b>Обед 1-4 классы 2 смена</b>												
суп крестьянский с рисом	200	2,00	4,00	12,00	91,00	477,00	196,00	25,00	0,00	0,00	16,00	134/4
сметана	10	0,0	2,0	0,0	16,0	4,0	12,0	9,0	0,0	0,0	0,0	629
котлета Рябушка	90	17,00	19,00	17,00	312,00	639,00	244,00	52,00	2,00	0,00	1,00	526/09
каша гречневая рассыпчатая	150	6,00	10,00	28,00	222,00	583,00	170,00	17,00	3,00	0,00	0,00	297/4
масло сливочное	10	0,00	8,00	0,00	75,00	1,00	2,00	1,00	1,00	0,00	0,00	22/97
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	7,0	70,0	4,0	1,0	0,0	4,0	190
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	78,0	25,00	4,00	0,00	0,00	0,00	35/ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,0	115,0	16,0	2,0	0,0	0,0	299
<b>итого</b>	<b>710</b>	<b>32,0</b>	<b>45,0</b>	<b>113,0</b>	<b>981,0</b>	<b>2076,0</b>	<b>834,0</b>	<b>128,0</b>	<b>9,0</b>	<b>0,0</b>	<b>21,0</b>	
<b>пятница</b>												
<b>Обед 1-4 классы 2 смена</b>												
рассольник ленинградский с перловой крупой	200	2,0	4,0	17,0	116,0	773,0	486,0	26,0	1,0	0,0	17,0	129/96
сметана	10	0,0	2,0	0,0	16,0	4,0	12,0	9,0	0,0	0,0	0,0	629
запеканка творожная	180	51,00	39,00	24,00	656,00	357,00	492,00	348,00	6,00	1,00	1,00	634/05
соус абрикосовый	50	0,00	0,00	33,00	127,00	1,00	10,00	9,00	0,00	0,00	0,00	577/96
Чай с сахаром и лимоном	207	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	629/96
батон	65	5,00	2,00	36,00	179,00	203,00	64,00	11,00	1,00	0,00	0,00	880/28
<b>итого</b>	<b>712</b>	<b>68,0</b>	<b>47,0</b>	<b>126,0</b>	<b>1151,0</b>	<b>1339,0</b>	<b>1089,0</b>	<b>408,0</b>	<b>9,0</b>	<b>1,0</b>	<b>18,0</b>	
<b>суббота</b>												
<b>Обед 1-4 классы 2 смена</b>												
суп из овощей	200	2,0	4,0	9,0	74,0	503,0	293,0	24,0	1,0	0,0	17,0	132/96
сметана	10	0,0	2,0	0,0	16,0	4,0	12,0	9,0	0,0	0,0	0,0	629
котлета московская	90	13,0	18,0	12,0	266,0	632,0	236,0	15,0	2,0	0,0	0,0	475/97
пюре гороховое по-домашнему	150	14,0	6,0	31,0	233,0	1178,0	440,0	65,0	4,0	0,0	0,0	284/0
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	627/96
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	35/01
<b>итого</b>	<b>700</b>	<b>33,0</b>	<b>32,0</b>	<b>93,0</b>	<b>784,0</b>	<b>2481,0</b>	<b>1055,0</b>	<b>126,0</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>17,0</b>	
<b>итого за 6 дней</b>					<b>5611,0</b>							
<b>среднее значение за период</b>					<b>935,2</b>							

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
<b>2 неделя</b>												
<b>понедельник</b>												
<b>Обед 1-4 классы 2 смена</b>												
суп картофельный с бобовыми	200	5,0	4,0	16,0	118,0	479,0	374,0	30,0	2,0	0,0	0,0	139/4
котлета домашняя	90	13,0	21,0	11,0	281,0	624,0	228,0	15,0	15,0	2,0	0,0	476/97
рис отварной	150	14,00	6,00	31,00	223,00	588,00	440,00	65,00	4,00	0,00	0,00	465/96
соус Краснодарский	20	0,00	0,00	8,00	33,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	438/01
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	627/96
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,0	50,0	8,0	0,0	0,0	0,0	35/01
<b>итого</b>	<b>710</b>	<b>36,0</b>	<b>33,0</b>	<b>107,0</b>	<b>860,0</b>	<b>1866,0</b>	<b>1117,0</b>	<b>123,0</b>	<b>22,0</b>	<b>2,0</b>	<b>0,0</b>	
<b>вторник</b>												
<b>Обед 1-4 классы 2 смена</b>												
борщ с капустой и картофелем	200	1,0	3,0	10,0	78,0	480,0	264,0	33,0	1,0	0,0	16,0	110/4
сметана	10	0,0	2,0	0,0	16,0	4,0	12,0	9,0	0,0	0,0	0,0	629
шницель рубленый из свинины	90	12,0	28,0	16,0	364,0	635,0	254,0	41,0	2,0	0,0	0,0	416/96
каша гречневая рассыпчатая	150	6,0	10,0	28,0	222,0	583,0	170,0	17,0	3,0	0,0	0,0	297/4
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	7,0	70,0	4,0	1,0	0,0	4,0	190
батон	25	2,00	1,00	13,00	69,00	78,00	25,00	4,00	0,00	0,00	0,00	35/ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,0	115,0	16,0	2,0	0,0	0,0	299/02ттк
<b>итого</b>	<b>700</b>	<b>26,0</b>	<b>46,0</b>	<b>110,0</b>	<b>945,0</b>	<b>2074,0</b>	<b>910,0</b>	<b>124,0</b>	<b>9,0</b>	<b>0,0</b>	<b>20,0</b>	
<b>среда</b>												
<b>Обед 1-4 классы 2 смена</b>												
суп из овощей	200	2,0	4,0	9,0	74,0	503,0	293,0	24,0	1,0	0,0	17,0	132/96
сметана	10	0,0	2,0	0,0	16,0	4,0	12,0	9,0	0,0	0,0	0,0	629
кнели студенческие из горбуши	90	16,0	8,0	6,0	166,0	455,0	41,0	28,0	0,0	0,0	0,0	729/03
пюре картофельное по-домашнему	150	3,0	5,0	24,0	159,0	1214,0	853,0	27,0	1,0	0,0	30,0	226/01ттк
масло сливочное	10	0,0	0,0	8,0	75,0	1,0	2,0	1,0	0,0	0,0	0,0	22/97
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96
батон оздоровительный	50	4,0	1,0	24,0	121,0	234,0	47,0	8,0	0,0	0,0	0,0	882/01
<b>итого</b>	<b>710</b>	<b>28,0</b>	<b>20,0</b>	<b>97,0</b>	<b>782,0</b>	<b>2411,0</b>	<b>1249,0</b>	<b>97,0</b>	<b>2,0</b>	<b>0,0</b>	<b>47,0</b>	
<b>четверг</b>												
<b>Обед 1-4 классы 2 смена</b>												
щи из свежей капусты и картофеля	200	1,0	4,0	7,0	85,0	478,0	238,0	33,0	1,0	0,0	24,0	120/96
сметана	10	0,0	2,0	0,0	16,0	4,0	12,0	9,0	0,0	0,0	0,0	629
биточек рубленый из птицы	90	20,0	7,0	16,0	207,0	597,0	66,0	38,0	1,0	0,0	0,0	498/4
рожки отварные	150	4,0	6,0	39,0	229,0	1008,0	55,0	11,0	1,0	0,0	0,0	273/96
масло сливочное	10	0,0	0,0	8,0	75,0	1,0	2,0	1,0	0,0	0,0	0,0	22/97
напиток из кураги	200	1,0	0,0	28,0	116,0	3,0	265,0	25,0	1,0	0,0	1,0	651/96
батон	25	2,00	1,00	13,00	69,00	78,00	25,00	4,00	0,00	0,00	0,00	35/ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,0	115,0	16,0	2,0	0,0	0,0	299/02ттк
<b>итого</b>	<b>710</b>	<b>31,0</b>	<b>21,0</b>	<b>127,0</b>	<b>882,0</b>	<b>2466,0</b>	<b>778,0</b>	<b>137,0</b>	<b>6,0</b>	<b>0,0</b>	<b>25,0</b>	
<b>пятница</b>												
<b>Обед 1-4 классы 2 смена</b>												
рассольник ленинградский с перловой крупой	200	2,0	4,0	17,0	116,0	773,0	486,0	26,0	1,0	0,0	17,0	129/96
сметана	10	0,0	2,0	0,0	16,0	4,0	12,0	9,0	0,0	0,0	0,0	629
запеканка творожная	180	51,0	39,0	24,0	656,0	357,0	492,0	348,0	6,0	1,0	1,0	634/05
соус абрикосовый	50	0,0	0,0	33,0	127,0	1,0	10,0	9,0	0,0	0,0	0,0	577/96
Чай с сахаром и лимоном	207	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	629/96
батон	65	5,00	2,00	36,00	179,00	203,00	64,00	11,00	1,00	0,00	0,00	880/28
<b>итого</b>	<b>712</b>	<b>68,0</b>	<b>47,0</b>	<b>126,0</b>	<b>1151,0</b>	<b>1339,0</b>	<b>1089,0</b>	<b>408,0</b>	<b>9,0</b>	<b>1,0</b>	<b>18,0</b>	
<b>суббота</b>												
<b>Обед 1-4 классы 2 смена</b>												
суп карт с макаронными изделиями (вермишель)	200	2,0	2,0	17,0	99,0	485,0	381,0	19,0	1,0	0,0	13,0	140/4
шницель рубленый из говядины	90	10,0	17,0	16,0	250,0	640,0	282,0	42,0	2,0	0,0	0,0	451/4
каша гречневая рассыпчатая	150	6,0	10,0	28,0	222,0	583,0	170,0	17,0	3,0	0,0	0,0	297/4
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	7,0	70,0	4,0	1,0	0,0	4,0	190ттк
батон	60	5,0	2,0	33,0	140,0	188,0	59,0	10,0	1,0	0,0	0,0	880/25
<b>итого</b>	<b>700</b>	<b>25,0</b>	<b>31,0</b>	<b>121,0</b>	<b>822,0</b>	<b>1903,0</b>	<b>962,0</b>	<b>92,0</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>17,0</b>	
<b>итого за 6 дней</b>						<b>5432,0</b>						
<b>среднее значение за период</b>						<b>905,3</b>						

Примечание

Для приготовления блюд используются

- соль йодированная

- рекицен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептур 1996г. 1997г. 2004г. ТТК.

В примерном меню допускается замена продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов.

главный технолог

*Исупова*

Исупова Л.И.