

Согласовано:



Д.В. Коробкина

Утверждаю:



начальник КПП
МКУ "КП и СП"

Шупленов В.В.

"25" 08, 2026 г.

"25" 08 2026г.

МЕНЮ

для организованного питания
учащихся с 7 до 11 лет
вторая смена

питание детей 1-4 классы 2 смена

1 неделя

Вид блюда	Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	микроэлементы					витамины					№ рецептуры		
			Белки	Жиры		Углеводы	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2		C	PP
	понедельник																	
Первые блюда	Суп карт. с рыбными консервами 200г	200	4,20	3,58	14,88	111,02	538,97	540,60	23,93	29,74	94,60	1,01	8,11	0,11	0,10	17,85	2,09	66,02
	Макароны с сыром (рожки) 180 г	180	10,11	14,63	36,67	323,73	746,93	89,41	216,70	18,77	156,70	1,12	0,18	0,10	0,09	0,32	0,67	274
	Кнели из кур 90 г /Гр/	90	18,89	19,22	6,07	250,00	1421,78	262,07	60,23	22,71	189,41	1,62	56,93	0,11	0,22	1,74	5,39	174,33
	Напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,00	96,00	2,00	27,00	7,00	1,92	3,52	0,0	0,0	0,01	0,0	6,00	0,02	312,01
	Батон 2*25 г (I)	50	3,82	1,43	26,96	137,52	156,20	49,20	8,36	6,29	33,79	0,48	0,01	0,07	0,02	0,0	0,53	35,01
	Итого	720	37,02	38,86	108,58	918,27	2865,88	968,28	316,22	79,43	478,02	4,23	65,23	0,40	0,43	25,91	8,70	
	вторник																	
Первые блюда	Борщ с капустой и картофелем 200 г	200	1,42	3,48	10,41	78,36	479,70	263,82	32,62	18,90	39,57	0,91	0,78	0,04	0,04	15,88	0,53	49,15
	Сметана порционно	10	0,26	1,50	0,36	16,20	4,00	11,60	8,80	0,90	6,10	0,02	10,00	0,0	0,01	0,04	0,01	629
	Плов из говядины L	250	20,36	20,48	51,94	478,33	14,58	173,50	18,52	44,76	121,84	1,03	1,56	0,13	0,17	4,70	3,60	290,13
	Помидоры свежие к гарниру 60 г	60	0,66	0,12	2,28	14,40	1,80	174,00	8,40	12,00	15,60	0,54	0,0	0,04	0,02	15,00	0,30	244,04
	Напиток из кураги	200	0,80	0,05	27,81	115,53	2,82	265,02	25,24	16,17	22,48	0,55	0,0	0,02	0,03	0,62	0,46	949
	Батон 25 г (I)	25	1,91	0,71	13,48	68,76	78,10	24,60	4,18	3,14	16,90	0,24	0,01	0,03	0,01	0,0	0,27	35
	Хлеб ржаной	25	3,10	0,56	16,07	85,07	286,70	115,15	16,45	22,09	74,26	1,83	0,0	0,08	0,04	0,0	0,31	299
	Итого	770	28,51	26,90	122,35	856,65	867,70	1027,69	114,21	117,96	296,75	5,12	12,35	0,34	0,32	36,24	5,48	
		среда																
Первые блюда	Суп картоф. с бобовыми 200 г	200	4,80	4,00	16,00	118,40	479,12	374,40	29,60	13,64	33,90	1,60	0,0	0,06	0,04	0,0	0,62	64,44
	Угашш из свинины 90/75	165	19,92	51,60	5,08	564,72	351,77	452,81	18,23	37,26	234,38	2,56	0,0	0,71	0,20	3,66	3,63	169,23
	Пюре картофельное по-домашнему 150 г	150	3,00	5,00	24,00	159,00	1213,85	853,00	27,00	31,36	105,23	1,08	0,09	0,15	0,15	30,00	1,43	226,01
	Напиток из смеси сухофруктов	200	2,82	0,0	26,31	170,68	0,20	0,60	0,40	0,0	0,0	0,06	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	211,07
	Батон Оздоровительный 50 г	50	4,00	2,00	24,00	122,00	234,00	46,00	8,00	6,00	32,00	0,45	0,0	0,07	0,02	0,0	0,53	882,01
	Итого	765	34,54	62,60	95,39	1134,80	2278,94	1726,81	83,23	88,26	405,51	5,75	0,09	0,99	0,41	33,66	6,21	

[illegible]

2 неделя

2 недели																		
Вид блюда	Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	микроэлементы						витамины				№ рецептуры		
			Белки	Жиры		Углеводы	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2		C	
	понедельник																	
Первые блюда	Суп картофф. с бобовыми 200 г	200	4,80	4,00	16,00	118,40	374,40	29,60	13,64	33,90	1,60	0,0	0,06	0,04	0,0	0,62	64,44	
	Клецки из свинины с сыром 90 г.	90	16,73	30,50	4,59	361,66	706,16	163,96	29,77	243,69	1,85	30,27	0,42	0,22	0,90	2,11	348,1	
	Помидоры свежие к гарниру 60 г	60	0,66	0,12	2,28	14,40	174,00	8,40	12,00	15,60	0,54	0,0	0,04	0,02	15,00	0,30	244,04	
	Гарниры	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,70	1,50	0,04	1,90	0,02	0,10	0,0	0,01	0,0	0,01	574	
	Гарниры	150	14,00	6,00	31,00	223,00	587,60	440,00	65,00	27,36	83,41	4,00	0,07	0,04	0,03	0,0	0,87	231
	Напитки	200	0,36	0,0	28,17	109,25	32,45	16,30	8,40	25,80	0,65	0,0	0,03	0,02	0,0	0,10	506	
	Выпечные изделия	50	3,82	1,43	26,96	137,52	156,20	8,36	6,29	33,79	0,48	0,01	0,07	0,02	0,0	0,53	35,01	
	итого	760	40,42	50,30	109,08	1039,03	1955,13	1339,21	292,82	97,50	438,09	9,14	30,45	0,66	0,36	15,90	4,54	
		вторник																
	Первые блюда	Борщ с капустой и картофелем 200 г	200	1,42	3,48	10,41	78,36	263,82	32,62	18,90	39,57	0,91	0,78	0,04	0,04	15,88	0,53	49,15
Сметана порционно		10	0,26	1,50	0,36	16,20	4,00	11,60	8,80	6,10	0,02	10,00	0,0	0,01	0,04	0,01	629	
Колбаски легкие 90г		90	21,24	30,83	1,64	368,37	565,78	405,65	20,39	227,03	3,16	0,0	0,16	0,18	1,80	5,16	473,02	
Каша гречневая рассыпчатая		150	6,00	10,00	28,00	222,00	583,10	170,00	138,95	208,64	3,00	0,0	0,08	0,05	0,0	1,39	463	
Гарниры		10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,70	1,50	0,04	1,90	0,02	0,10	0,0	0,01	0,0	0,01	574,12	
Напитки		200	0,20	0,04	25,73	99,76	3,10	44,06	7,96	2,86	5,06	0,14	0,01	0,01	13,20	0,04	312	
Выпечные изделия		25	1,91	0,71	13,48	68,76	78,10	24,60	3,14	16,90	0,24	0,01	0,03	0,01	0,0	0,27	35	
Выпечные изделия		25	3,10	0,56	16,07	85,07	286,70	115,15	16,45	22,09	74,26	1,83	0,0	0,08	0,04	0,0	0,31	299
итого		710	34,18	55,37	95,77	1013,32	2001,18	1036,38	108,60	215,78	579,46	9,32	10,90	0,40	0,35	30,92	7,72	
		среда																
Первые блюда	Суп из овощей 200 г	200	1,60	3,50	9,02	73,80	293,45	24,34	17,46	42,58	0,66	0,79	0,07	0,05	17,00	0,78	58,16	
	Сметана порционно	10	0,26	1,50	0,36	16,20	4,00	11,60	8,80	6,10	0,02	10,00	0,0	0,01	0,04	0,01	629	
	Выпечные блюда	90	3,13	3,87	7,00	76,08	375,25	55,50	32,94	5,82	49,55	0,47	3,43	0,03	0,09	0,02	0,15	955,03
	Гарниры	60	0,42	0,0	1,14	6,60	4,20	117,60	10,20	8,40	18,00	0,30	0,0	0,02	0,01	4,20	0,12	806,08
	Гарниры	150	3,00	5,00	24,00	159,00	1213,85	853,00	27,00	31,36	105,23	1,08	0,09	0,15	30,00	1,43	226,01	
	Гарниры	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,70	1,50	1,20	0,04	1,90	0,02	0,10	0,0	0,01	0,0	0,01	574,12
	Напитки	200	2,82	0,0	26,31	170,68	0,20	0,60	0,40	0,0	0,06	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	211,07	
	Выпечные изделия	50	4,00	2,00	24,00	122,00	234,00	46,00	6,00	32,00	0,45	0,0	0,07	0,02	0,0	0,53	882,01	
	итого	770	15,28	24,12	91,91	699,16	2335,00	112,88	69,98	255,36	3,06	14,41	0,34	0,34	51,26	3,03		

		четверг																	
Первые блюда																			
Первые блюда																			
Вторые блюда																			
Гарниры																			
Напитки																			
Выпечные изделия																			
Выпечные изделия																			
Итого																			
пятница																			
Первые блюда																			
Первые блюда																			
Вторые блюда																			
Напитки																			
Выпечные изделия																			
Итого																			
суббота																			
Первые блюда																			
Первые блюда																			
Вторые блюда																			
Напитки																			
Выпечные изделия																			
Итого																			
среднее значение за период																			
Примечание:																			

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная

- рекицен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептов 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 Л.И.

Исупова Л.И.