

Согласовано Директор МБОУ СОШ	ДИРЕКТОР ООО «ДАРИЙ» СИПАТОВ Б.Л.
----------------------------------	--------------------------------------

**Циклическое меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных
общеобразовательных учреждениях СВО 2025г.**

Приём пищи	Наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энерг.	№ рецептуры
		порции, г	Б	Ж	У	ценн.(ккал)	
1	2	3	4	5	6	7	8
ПОНЕДЕЛЬНИК (1 Неделя) Завтрак							
ЗАВТРАК	Масло сливочное (порц) 72,5%	10	0,08	7,25	0,13	66	№14 сб. 2017
	Пудинг из творога (запечённый)с молоком сгущённым 200/40	200\40	28,47	22,28	72,94	607	№222 сб. 2017
	Чай с лимоном с сахаром 200\7\10	200\7\10	0,13	0,02	15,2	62	№377 сб. 2017
	Печенье (1шт в индивид. упаковке)	50	2,25	4,8	20,7	135	Пром.
	Кондитерское изд.	38	5	31	60	540	Пром.
	Хлеб пшеничный	33	2,28	0,24	14,76	70,5	
итого завтрак		588	38,21	65,59	183,73	1480,5	
Обед							
ОБЕД	Овощи порционные (солёные) свежие(помидор)	100	1,1	0,2	3,8	22	№71 сб. 2017
	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	1,59	4,99	9,15	95,25	№96 сб. 2017
	Котлеты рубленые из птицы	100	15,3	29,4	15,46	388	№295 сб. 2017
	Каша рассыпчатая пшеничная с маслом сливочным 72,5%	180\6	7,79	5,56	47,92	272,88	№302 сб. 2017
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	№ 388 сб. 2017
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,20	92	Пром
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
итого за обед		1101	31,72	41,23	142,07	1081,03	
Итого за день		1739	69,93	106,82	325,8	2561,53	

Стоимость Завтрака – 88,66 Стоимость Обеда – 88,66

Исходное меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных общеобразовательных учреждениях СВО 2025г.

			ВТОРНИК (1неделя) Завтрак				
Приём пищи	Наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энерг.	№ рецептуры
		порции, г	Б	Ж	У	ценн.(ккал)	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК	Сыр порционный	15	8,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017
	Каша молочная рисовая с сахаром	200\10	6,1	3,6	52,8	268	№182 сб. 2017
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	№ 379 сб. 2017
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,20	92	Пром
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
	Яблоко сезонное 1 шт	1шт	0,4	0,4	9,8	47	№338 сб. 2017
Итого за завтрак		755	21,91	15,97	113,51	686	
ОБЕД				Обед			
	Закуска : Икра свекольная	100	2,37	0,1	22,87	185,3	№75 сб. 2017
	Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	1,77	4,95	7,9	89,75	№ 88 сб. 2017
	Шницель из говядины	100	15	22	13,02	312,73	№ 268 сб. 2017
	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	180\6	7,79	5,55	47,92	272,88	№ 302 сб. 2017
	Компот из свежих плодов (по сезону)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	№342 сб. 2017
	Кондитерское изд	38	5	31	60	540	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
	Хлеб ржано- пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
Итого обед		934	37,11	62,14	218,15	1669	
Итого за день		1689	74,93	62,88	331,0	2355	

Стоимость Завтрака – 88,66 Стоимость Обеда – 88,66

Ежедневное меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных общеобразовательных учреждениях СВО 2025г.

			СРЕДА (1 неделя) Завтрак					
	Наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энерг.	№ рецептурь	
		порции, г	Б	Ж	У	ценнн.(ккал)		
1	2	3	4	5	6	7	8	
ЗАВТРАК	Масло сливочное (порц) 72,5%	10	0,08	7,25	0,13	66	№14 сб. 2017	
	Макароны отварные с сыром с маслом 270/20/10	300	17,0	22,4	50,8	450	№204 сб. 2017	
	Чай с сахаром	200\10	0,07	0,02	10	60	№376 сб. 2017	
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,20	92	Пром	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5		
Итого за завтрак		750	20,43	30,11	95,89	738,5		
				Обед				
ОБЕД	Овощи свежие(огурец)(солёные)	100	1,1	0,2	3,8	22	№71 сб. 2017	
	Суп с рисовой крупой и томатом	250	3,5	5,8	22	141,4	№116 сб. 2017	
	Рагу из птицы	100\180	18,4	16,5	24,0	304,8	№289 сб. 2017	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	№349 сб. 2017	
	Кондитерское изд	38	5	31	60	540	Пром.	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2		
Итого за обед		928	32,92	54,19	166,59	1263,7		
Итого за день		1678	53,35	84,3	262,48	2002,2		

Стоимость Завтрака – 88,66 Стоимость Обеда – 88,66

Еженедельное меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных общеобразовательных учреждениях СВО 2025г.

				ЧЕТВЕРГ (1 НЕДЕЛЯ)				
				Завтрак				
	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энерг. ценн.(ккал)	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	
	Овощи свежие (помидор)(солёные)	100	1,1	0,2	3,8	22	№71 сб. 2017	
	Котлеты рубленные из птицы	100	13,91	26,73	14,05	352,73	№295 сб. 2017	
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным 72,5%	205\6	8,5	7,72	50,4	304,4	№ 302 сб. 2017	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	№379 сб. 2017	
	Кондитерское изд.	38	5	31	60	540	Пром	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5		
Итого за завтрак		689	34,04	75,82	158,96	1456,23		
ОБЕД				Обед				
	Овощи солёные (помидор)	100	1,1	0,2	3,8	22	№71 сб. 2017	
	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	1,8	4,92	10,93	103,75	№ 82 сб. 2017	
	Рыба припущенная	100	14,6	10,69	15,29	209,63	№227 сб. 2017	
	Картофель отварной или пюре картоф.с маслом сливочным 72,5%	180/6	3,82	11,29	22,18	213,19	№125 сб. 2017	
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	№388 сб. 2017	
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,20	92	Пром	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2		
Итого за обед		1101	27,26	28,18	117,94	851,47		
Итого за день		1790	61,3	104	276,9	2307,7		

Стоимость Завтрака – 88,66 Стоимость Обеда – 88,66

личное меню для учащихся 5-11 классов в муниципальных
общеобразовательных учреждениях СВО 2025г.

		ПЯТНИЦА (1 Неделя) Завтрак					
	Наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энерг. ценн.(ккал)	№ рецептуры
		порции, г	Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК	Масло сливочное (порц) Крестьянское 72,5%	10	0,08	7,25	0	66	№14 сб. 2017
	Каша молочная «Дружба» с сахаром	200/10	10,48	16,25	47,5	375	№173 сб.2017
	Печенье в инд. упаковке	50/1шт	2,25	4,8	20,7	135	
	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	10	60	№376 сб. 2017
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,20	92	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
	Яблоко свежее 50гр	1шт	0,2	0,2	4,5	23,5	№338 сб. 2017
Итого за завтрак		750	22,56	39,97	54,78	700.64	
				Обед			
Обед	Икра свекольная	100	2,37	0,1	22,87	185,3	№75 сб. 2017
	Суп картофельный с бобовыми	250	6,2	6,8	18,4	153,0	№102 сб. 2017
	Шницель из говядины	100	15	22	13,02	312,73	№268 сб. 2017
	Макароны отварные с маслом сливочным 72,5%	180\6	6,73	7,14	37,56	241,38	№309 сб. 2017
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6	№342 сб. 2017
	Кондитерское изд.	38	5	31	60	92	Пром
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
Итого за обед		934	39,72	129	204,5	1221,71	
Итого за день		1684	62,28	168,97	259,28	1922,35	

Стоимость Завтрака – 88,66 Стоимость Обеда – 88,66