

Согласовано:

Утверждаю: Директор ООО «АШ-СУ»



М.Исламова

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЯХ НА 2026 ГОД С 1 ЯНВАРЯ (ШКОЛА
ОНИКС - 3-Х РАЗ.)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Масса продуктов блюда в брутто, г | Цена | Сумма |
|--------------------------|---|-----------|------------------|---------------|----------------|-------------------------|-----------------------|-----------------------------------|------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | | | |
| 1-я неделя | | | | | | | | | | |
| 1-й день | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| | Каша вязкая молочная «Дружба» со сливочным маслом | 130 | 4.1 | 4.555 | 25.372 | 156.76 | 384/2013 Сб.рец. | | | 11.607 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3.04 | 0.32 | 19.68 | 94 | | | | 2.800 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 8 | 32 | 943/2013 Сб.рец. | | | 1.660 |
| Итого за завтрак | | | 7.14 | 4.875 | 53.052 | 282.76 | | | | 16.067 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| | Котлеты из мяса птицы с соусом | 60/30 | 9.544 | 8.999 | 11.447 | 158.284 | 667:759/2013 Сб.рец. | | | 37.294 |
| | Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом | 150/6 | 6.486 | 5.676 | 34.764 | 207.51 | 378/2013 Сб.рец. | | | 10.792 |
| | Хлеб сельский | 40 | 1.32 | 0.48 | 19.16 | 94.8 | | | | 2.800 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 8 | 32 | 943/2013 Сб.рец. | | | 1.660 |
| Итого за обед | | | 17.35 | 15.155 | 73.371 | 492.594 | | | | 52.546 |
| Полдник | | | | | | | | | | |
| | Булочка домашняя | 50 | 5.451 | 4.154 | 32.695 | 192.957 | 144 стр./1997 Сб.рец. | | | 8.919 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0.00 | 0.00 | 22.00 | 100.00 | | | | 19.00 |
| Итого за полдник | | | 5.451 | 4.154 | 54.695 | 292.957 | | | | 27.919 |
| Итого за 1-й день | | | 29.941 | 24.184 | 181.118 | 1068.311 | | | | 96.532 |
| 2-й день | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| | Каша вязкая молочная из пшеничной крупы со сливочным маслом | 130 | 5.285 | 4.485 | 27.637 | 174.185 | 384/2013 Сб.рец. | | | 10.47 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3.04 | 0.32 | 19.68 | 94 | | | | 2.8 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 8 | 32 | 943/2013 Сб.рец. | | | 1.66 |
| Итого за завтрак | | | 8.325 | 4.805 | 55.317 | 300.185 | | | | 14.93 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| | Суп гороховый с мясными фрикадельками | 250 | 13.548 | 12.204 | 12.424 | 238.382 | 206/2013 Сб.рец. | | | 43.262 |
| | Хлеб сельский | 40 | 1.32 | 0.48 | 19.16 | 94.8 | | | | 2.8 |
| | Цикорий с молоком | 200 | 2.88 | 3.204 | 14 | 96.6 | 958/2013 Сб.рец. | | | 10.32 |
| Итого за обед | | | 17.748 | 15.888 | 45.584 | 429.782 | | | | 56.382 |
| Полдник | | | | | | | | | | |
| | Коржи молочные | 50 | 4.75 | 5.5 | 27.5 | 122.5 | | | | 25 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 8 | 32 | 943/2013 Сб.рец. | | | 1.66 |
| | Яблоки | 85 | 0.299 | 0.299 | 7.33 | 35.156 | | | | 15.3 |
| Итого за полдник | | | 5.049 | 5.799 | 42.83 | 189.656 | | | | 41.96 |
| Итого за 2-й день | | | 31.122 | 26.492 | 143.731 | 919.623 | | | | 113.272 |
| 3-й день | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| | Каша вязкая молочная из пшеничной крупы со сливочным маслом | 130 | 5.61 | 5.038 | 28.385 | 175.81 | 384/2013 Сб.рец. | | | 10.827 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3.04 | 0.32 | 19.68 | 94 | | | | 2.8 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 8 | 32 | 943/2013 Сб.рец. | | | 1.66 |
| Итого за завтрак | | | 8.65 | 5.358 | 56.065 | 301.81 | | | | 15.287 |
| Обед | | | | | | | | | | |
| | Салат из свеклы | 60 | 1.056 | 3.067 | 6.195 | 56.538 | 34/2016 Сб.рец. | | | 6.32 |

