

Согласовано

Директор: / / Трегулов О. В.

/ Трегубов О. В.



Косимова М. Ф.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 5» с. Суражевка
Артемовского городского округа

ДОЛЖНОСТЬ

директор школы

Циклическое Меню приготавливаемых блюд и изделий в школьном питании столовой

12-18 лет дети с ОВЗ завтраки и обеды

дата

16	9	2025
день	месяц	год

16	9	2025
----	---	------

2025

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод-ы	Ккл.	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	каша рисовая молочная	250	5,7	8	38,4	249,6	184	49,5
			гор.блюдо	масло порциями	20	0,1	8,3	0,1	74,8	14	19,5
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	150	2,2	0,2	14,6	68,9	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
		Итого			820	14,1	21,7	79,1	568,6		105
		Обед	закуска								
			1 блюдо	суп картофельный с макаронными изделиями	250	5,9	6	20,2	158,4	103	15,3
			2 блюдо	котлета мясная	90	8,3	18,6	13,2	254,1	281	30,7
			гарнир	каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	6,2	38,3	242,4	141	12,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,9	1000	5,5
			хлеб черн.								
		Итого			740	26,4	31,1	108,6	820,1		72

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккл.	№ рецептуры	Цена
1	2	Завтрак	гор.блюдо	картофель запеченный	200	14,2	8,6	6,3	201,6	395	69
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	150	2,2	0,2	14,6	68,9	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		750	22,5	14	46,9	445,8		105
		Обед	1 блюдо	суп с клёцками	300	7,2	8,5	23	197,3	108	21,3
			2 блюдо	плов из птицы	200	12,2	18,1	35,8	354,4	291	37,2
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,9	1000	5,5
			хлеб черн.								
			Итого		750	23,1	26,9	95,7	716,9		72

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккл.	№ рецептуры	Цена
1	3	Завтрак	гор.блюдо	макаронные изделия отварные с икрой из кабачков	200/30	6	7,8	37,2	243,2	ТТК8	69
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	150	2,2	0,2	14,6	68,9	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		780	14,3	13,2	77,8	487,4		105
		Обед	1 блюдо	свекольник	250	5,2	9,7	13,3	165,8	77	20,8
			2 блюдо	печень по-строгановски	90	11,5	17	4,7	229,8	256	25,2
			гарнир	пюре из бобовых (горох)	150	16	6,8	33,4	259	99	12,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,9	1000	5,5
			хлеб черн.								

Итого		740	36,4	33,8	88,3	819,8	72
-------	--	-----	------	------	------	-------	----

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	ККЛ.	№ рецептуры	Цена
1	4	Завтрак	гор.блюдо	каша манная вязкая	230	7,4	7,1	36,3	238	184	35,5
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	горячий бутерброд с маслом, сыром	80/10/12	5,6	9,9	15	172,7	7	38
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		738	19,1	22,2	77,3	586		105
		Обед	закуска								
			1 блюдо	рассольник	250	5,4	7,8	14,6	155,1	96	24
			2 блюдо	жаркое по-домашнему	200	13,6	25,7	31,5	412,8	133	34,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,9	1000	5,5
			хлеб черн.								
			Итого		700	22,7	33,8	83	733,1		72

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	ККЛ.	№ рецептуры	Цена
1	5	Завтрак	гор.блюдо	гречка по-купечески	200	14,2	15,1	36,5	337,9	ТТК	69
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	150	2,2	0,2	14,6	68,9	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		750	22,5	20,5	77,1	582,1		105
		Обед	1 блюдо	суп полевой	250	6,2	6,2	21,8	167,9	105	21
			2 блюдо	гуляш из кур	90	12,1	13,9	8,4	207,4	308	25
			гарнир	каша перловая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206	323	12,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,9	1000	5,5
			хлеб черн.								

[illegible]

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккл.	№ рецептуры	Цена
2	1	Завтрак	гор.блюдо	каша молочная пшеничная	230	6,2	10,7	28,1	264,6	175	45,8
			гор.блюдо	сыр порциями	12	2,3	2,9	0	36	15	12,2
			гор.напиток	компот из свежих ягод	200	0,3	0,1	13,7	59,2	375	15,5
			хлеб	батон	150	2,3	0,9	15,4	78,6	тпк	5,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		792	17	19,7	67	548,9		105
		Обед	1 блюдо	свекольник	250	5,2	10,9	13,5	178	77	17,8
			2 блюдо	биточки мясные с соусом	90/50	9,3	9,8	10	165,4	281	29,2
			гарнир	макаронные изделия отварные	150	5,5	4,7	34,9	203,5	331	11,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,9	1000	5,5
			хлеб черн.								
			Итого		790	23,7	25,7	95,3	712,1		72

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккл.	№ рецептуры	Цена
2	2	Завтрак	гор.блюдо	плов из птицы	200	10,6	16,5	35,8	334,1	291	69
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	150	2,2	0,2	14,6	68,9	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		750	18,9	21,9	76,4	578,3		105
		Обед	закуска								
			1 блюдо	суп гороховый	250	7,5	6,4	18,2	160,6	101	15,5
			2 блюдо	вареники отварные с картофелем, маслом	200/8	1,5	4,4	4,5	395,7	395	43
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,9	1000	5,5
			хлеб черн.								

Итого		708	12,7	11,1	59,6	721,5	72
-------	--	-----	------	------	------	-------	----

Итого

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	ККЛ.	№ рецептуры	Цена
2	3	Завтрак	гор.блюдо	омлет натуральный	150	9,9	20,2	3	264,1	210	52,5
			гор.блюдо	икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК	16,5
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	150	2,2	0,2	14,6	68,9	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		730	18,8	28,3	45,9	544		105
		Обед	закуска								
			1 блюдо	борщ с капустой и картофелем	250	5,1	8,9	12,7	153,8	82	16,5
			2 блюдо	печень по-строгановски	90	11,5	17	4,7	229,8	256	30,5
			гарнир	вермишель отварная	150	5,3	4,8	34	201	309	11,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,9	1000	5,5
			хлеб черн.								
			Итого		740	25,6	31	88,3	749,8		72

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	ККЛ.	№ рецептуры	Цена
2	4	Завтрак	гор.блюдо	макаронны с сыром	200	7,1	15,9	27,1	281	210	49
			мёд	мёд натуральный	20	0,3	0	82	61		20
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	150	2,2	0,2	14,6	68,9	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		770	15,7	21,3	149,7	586,2		105
		Обед	закуска								
			1 блюдо	щи из морской капусты	250	6,1	11,5	11	171,8	87	15,5
			2 блюдо	бефстроганов	80	7,2	14,8	5,3	191,4	375	30,5
			гарнир	каша гречневая рассыпчатая	200	8,5	6,2	38,3	242,4	323	12,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,9	1000	5,5
			хлеб черн.								

[illegible]

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккл.	№ рецептуры	Цена
2	5	Завтрак	гор.блюдо	пюре из бобовых горох	150	13,5	2	28,2	184,9	199	17,5
			гор.блюдо	гуляш из кур	90	9,4	10,7	5,8	157,8	308	51,5
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	150	2,2	0,2	14,6	68,9	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		790	31,2	18,1	74,6	586,9		105
		Обед	закуска								
			1 блюдо	суп картофельный с крупой (гречневая)	250	5,9	5,9	19,9	155,9	101	14,3
			2 блюдо	тефтели мясные	80	8	14,2	14,8	218,5	279	30,7
			гарнир	рис отварной	200	3,7	4,5	38,8	210,7	304	13,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,9	1000	5,5
			хлеб черн.								
			Итого		780	21,3	24,9	110,4	750,3		72