



К.С. Зульхиджина
Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК
04 сентября 2023г. -08 сентября 2023г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная из пшена с маслом	200/10	9,47	11,57	42,82	290,33		173
	Бутерброд с повидлом, 30/30	30/30	2,62	4,22	30,36	170,18	0,11	2,03
	Сыр (порциями)	30	7,92	7,98		103,08	0,24	15
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	101	1,3	379
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
	Итого за Завтрак			27,48	28,37	123,46	822,19	
	Итого за день 61,60 рубль							

Рацион: 1-4_В.Салда_ЗАВТРАК

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Зразы рубленые (свин.)_	90	10,55	20,45	14,92	285,46	1,19	274
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	26,4	227,49		309
	Соус красный основной	20	0,19	1,04	1,48	16,9	0,9	326
	Соки фруктовые и ягодные	200	1	0,2	24,4	101,6	20	389
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
Итого за Завтрак			21,86	28,05	101,34	791,65		
Итого за день 61,60 рубль								

Рацион: 1-4_В.Салда_ЗАВТРАК

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Запеканка творожная с яблоком/	180	16,28	18,74	33,55	368,57	2,28	163,03
	Молоко сгущенное	30	2,16	9	16,8	147	0,3	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	50	4	1,2	24	120	0,08	
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
Итого за Завтрак			24,44	30,2	109,27	781,17		
Итого за день 61,60 рубль								

Рацион: 1-4_В.Салда_ЗАВТРАК

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое	90	2,58	6,42	8,37	145,32	0,9	235
	Пюре картофельное	150	3,14	5,1	48,75	227,52	18,2	312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
Итого за Завтрак			9,61	13,2	115,46	617,04		
Итого за день 61,60 рубль								

Рацион: 1-4_В.Салда_ЗАВТРАК

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Омлет натуральный	150	13,76	23,96	19,35	285,72	0,26	284
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8		
Итого за Завтрак			18,01	26,14	78,31	554,52		
Итого за день 61,60 рубль								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова



Рацион: 1-4_В.Салда_ОБЕД

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

04 сентября 2023г. - 08 сентября 2023г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	4,4	7,2	52,9	172,8	1,76	102
	Гренки	20	2,4	0,4	12,6	63		371
	Гуляш свинина	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	11,63	9,68	62,9	385,19		171
	Кисель "Витощка"	200	0,1	0,04	24	95	20	352
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8		
	Итого за Обед.		33,97	48,45	181,35	1154,03	22	
Итого за день 51,50 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_ОБЕД

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200/10	1,4	3,94	15,59	103,22	8,63	82,02
	Зразы рубленые (свин.)	90	10,55	20,45	14,92	285,46	1,19	274
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	26,4	227,49		309
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388
	Хлеб пшеничный	25	2	0,6	12	60	0,04	
	Хлеб ржаной	25	1,19	0,75	12,45	53,5		
	Итого за Обед.		21,31	30,38	116,62	873,47		
Итого за день 61,50 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_ОБЕД

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	2,12	2,22	19,38	137,6	13,2	103,03
	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	90	12,24	22,86	23,67	320,4		268
	Рис припущенный с овощами	150	5,17	5,99	28,53	188,4	2,72	205
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед.		24,04	32,83	136,18	926,4		
Итого за день 51,50 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_ОБЕД

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200/10	4,52	4,12	38,71	176,88	6,78	98,02
	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое	90	2,58	6,42	8,37	145,32	0,9	235
	Пюре картофельное	150	3,14	5,1	48,75	227,52	18,2	312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8		
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Итого за Обед.		13,65	17,58	163,99	842,52		
Итого за день 51,50 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_ОБЕД

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200/10	6,14	3,98	17,37	111,46	127,62	88,02
	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	90	18	20,7	42,84	349,2	0,06	295
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,16	6,83	37,81	291,98	2,25	44
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8		
	Итого за Обед.		37,11	32,93	155,5	999,44	2	
Итого за день 51,50 рублей								

Зав. производством Ю.А. Зуйкова

Регистрация ПАСОВАНОВ Директор школы №2		К.С. Зулькардина Р.Ф. Калинина						
Рацион: 1-4 ДОВЗ В.Салда		Меню ШКОЛА №2 ПОНЕДЕЛЬНИК 04 сентября 2023г. - 08 сентября 2023г.						
Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша овсяная молочная из овсяных хлопьев	200/10	9,47	11,57	42,82	290,33		* 173
	Сыр (попудинг)	30	7,92	7,98		103,08	0,24	15
	Бутерброд с повидлом 30/30	30/30	2,62	4,22	30,36	170,18	0,11	2,03
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,88	15,96	101	1,3	379
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
Итого за Завтрак			27,48	28,37	123,46	822,19		
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	4,4	7,2	52,9	172,8	1,76	102
	Гречка	20	2,4	0,4	12,6	63		371
	Гуляш свинина	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Каша гречневая	150	11,63	9,68	62,9	385,19		171
	рассыпчатая (2 вариант)	200	0,1	0,04	24	95	20	352
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
Итого за Обед			33,97	48,45	181,35	1154,03	22	
Итого за день 123,00 рубля								

Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда			ВТОРНИК					
Приним лица	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептура
			Б	Ж	У			
Завтрак	Зразы рубленые (свин.)	90	10,55	20,45	14,92	285,46	1,19	274
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	26,4	227,49		309
	Соус красный основной	20	0,19	1,04	1,48	18,9	0,9	326
	Салат фруктовый и ягодные	200	1	0,2	24,4	101,6	20	389
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
Итого за Завтрак			21,86	28,05	101,34	791,65		
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200/10	1,4	3,94	15,59	103,22	8,63	82,02
	Котлеты, биточки, шницелли (свинина)	90	12,24	22,86	23,67	320,4		268
	Рис из овощей	150	2,52	3,95	15,36	98,07	17,9	143
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388
	Хлеб пшеничный	50	4	1,2	24	120	0,08	
	Хлеб ржаной	50	2,38	1,5	24,9	107		
Итого за Обед.			23,22	33,59	138,77	892,49		
Итого за день 123,00 рубля								

Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда		СРЕДА						
Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
Завтрак	Запеканка творожная с яблоком/	180	16,28	18,74	33,55	368,57	2,28	163,03
	Молоко стуженное	30	2,16	9	16,8	147	0,3	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8		
			21,89	28,12	89,71	690,37		
Итого за Завтрак								
Обед.	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне_	200	2,12	2,22	19,38	137,6	13,2	103,03
	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	90	12,24	22,86	23,67	320,4		268
	Рис припущенный с овощами	150	5,17	5,89	28,53	188,4	2,72	205
	Компот из ягод (заморозка)_	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
		24,04	32,83	136,18	926,4			
Итого за Обед.								
Итого за день 123,00 рубля								

Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда			ЧЕТВЕРГ					
Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое	90	2,58	6,42	8,37	145,32	0,9	235
	Пюре картофельное	150	3,14	5,1	48,75	227,52	18,2	312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
Итого за Завтрак			10,41	14	135,06	711,04		
Обед.	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200/10	4,52	4,12	36,71	176,88	6,78	96,02
	Плов из бройлер-цыплят	240	23,3	27,08	74,6	600,86	7,8	291
	Кисель "Витюшка"	200	0,1	0,04	24	95	20	352
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед.			31,75	32,86	166,65	1008,94	20
Итого за день 123,00 рубля								

Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда		ПЯТНИЦА						
Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет натуральный	150	13,76	23,96	19,35	285,72	0,26	284
	Каша овсяная молочная из риса с маслом	150/10	1,34	1,7	5,66	28,18	0,1	174
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8		
	Итого за Завтрак		18,55	27,04	64,37	488,7		
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200/10	6,14	3,98	17,37	111,46	127,62	88,02
	Котлеты рубленые из бройлера-цыплят	90	18	20,7	42,84	349,2	0,06	295
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,16	6,83	37,81	291,98	2,25	44
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб пшеничный	50	4	1,2	24	120	0,08	
	Хлеб ржаной	50	2,38	1,5	24,9	107		
	Итого за Обед		40,14	34,31	180,04	1111,64	2	
	Итого за день 123,00 рубля							

Российская Федерация
Общество с ограниченной ответственностью
ФИНУСПЕХ
ИНН 6623
ОГРН 11696

Согласовано Директором №2
Р.Ф. Калиенко

Зульхиджина
Р.Ф. Калиенко

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК
04 сентября 2023г. -08 сентября 2023г.

Рацион: 1-4 ДОВЗ В.Салда_2см

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	4,4	7,2	52,9	172,8	1,76	102
	Рис	20	2,4	0,4	12,6	63		371
	Гуляш свиная	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	11,63	9,68	62,9	385,19		171
	Кисель "Витошка"	200	0,1	0,04	24	95	20	352
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8		
	Итого за Обед		33,97	48,45	181,35	1154,03	22	
Полдник	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	101	1,3	379
	Хачапури с сыром	100	15,1	27,91	29,4	432,1	0,34	
	Итого за Полдник		18,27	30,59	45,36	533,1		
Итого за день 123,00 рубля								

Рацион: 1-4 ДОВЗ В.Салда_2см

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200/10	1,4	3,94	15,59	103,22	8,63	82,02
	Зразы рубленые (свин.)	90	10,55	20,45	14,92	285,46	1,19	274
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	26,4	227,49		309
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388
	Хлеб пшеничный	25	2	0,6	12	60	0,04	
	Хлеб ржаной	25	1,19	0,75	12,45	53,5		
	Итого за Обед		21,31	30,38	116,62	873,47		
	Полдник	Пицца домашняя	100	9,89	16,28	28,33	299	0,19
Соки фруктовые и ягодные		200	1	0,2	24,4	101,6	20	389
Итого за Полдник			10,89	16,48	52,73	400,6	20,19	
Итого за день 123,00 рубля								

Рацион: 1-4 ДОВЗ В.Салда_2см

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	2,12	2,22	19,38	137,6	13,2	103,03
	Котлеты, биточки, шницели (свиная)	90	12,24	22,86	23,67	320,4		268
	Рис припущенный с овощами	150	5,17	5,99	28,53	188,4	2,72	205
	Компот из ягод (заморожка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед		24,04	32,83	136,18	926,4		
	Полдник	Запеканка из творога со сгущенным молоком_150/20	150/20	44,19	56,1	47,6	432	
Молоко кипяченое		200	5,6	6,4	9,4	116	2,74	385
Итого за Полдник			49,79	62,5	57	548	3,53	
Итого за день 123,00 рубля								

Рацион: 1-4 ДОВЗ В.Салда_2см

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
Обед	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200/10	4,52	4,12	38,71	176,88	6,78	96,02	
	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое	90	2,58	6,42	8,37	145,32	0,9	235	
	Пюре картофельное	150	3,14	5,1	48,75	227,52	18,2	312	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349	
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03		
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8			
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94			
	Итого за Обед		13,65	17,58	163,99	842,52			
	Полдник	Хачапури с сыром	100	15,1	27,91	29,4	432,1	0,34	
		Какао с молоком	200	3,77	3,2	26,74	150,8		382
Итого за Полдник			18,87	31,11	56,14	582,9			
Итого за день 123,00 рубля									

Рацион: 1-4 ДОВЗ В.Салда_2см

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200/10	6,14	3,98	17,37	111,46	127,62	88,02
	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	90	18	20,7	42,84	349,2	0,06	295
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,16	6,83	37,81	291,98	2,25	44
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8		
	Итого за Обед		37,11	32,93	155,5	999,44	2	
	Полдник	Молоко кипяченое	200	5,6	6,4	9,4	116	2,74
Пицца домашняя		100	9,89	16,28	28,33	299	0,19	413,04
Итого за Полдник			15,49	22,68	37,73	415		
Итого за день 123,00 рубля								



УТВЕРЖДАЮ
ОБРАЗОВАНО
Директор школы №2
Р.Ф. Калиенко

			ПОНЕДЕЛЬНИК			04 сентября 2023г. -09 сентября 2023г.		
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	23112238							
	Блюдо вязкая молочная из пшеницы с маслом	250/10	11,72	14,32	53,02	359,46		173
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	101	1,3	379
	Хачапури с сыром	100	15,1	27,91	29,4	432,1	0,34	
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8		
Итого за Завтрак			33,34	46,23	122,74	1007,36		
Итого за день 60,50 рублей								

Рацион: 5-11_В.Салда_ЗАВТРАК

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Зразы рубленые (свин.)	110	12,89	24,99	18,24	348,9	1,45	274
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Соус красный основной	20	0,19	1,04	1,48	16,9	0,9	326
	Соки фруктовые и ягодные	200	1	0,2	24,4	101,6	20	389
	Хлеб пшеничный	50	4	1,2	24	120	0,08	
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
Итого за Завтрак			26,57	34,03	119,72	945,99		
Итого за день 60,50 рубль								

Рацион: 5-11_В.Салда_ЗАВТРАК

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Запеканка творожная с яблоком/	200	18,09	20,82	37,28	409,52	2,53	163,03
	Молоко сгущенное	20	1,44	6	11,2	98	0,2	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Хлеб пшеничный	25	2	0,6	12	60	0,04	
	Булочка с корицей	75	5,69	4,64	38,25	220,76		438
Итого за Завтрак			28,75	33,02	128,67	912,48		
Итого за день 60,50 рублей								

Рацион: 5-11_В.Салда_ЗАВТРАК

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Суфле из отварной рыбы (минтай)_	100	14,8	4,3	3,4	110,77	1,86	235
	Пюре картофельное_	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Завтрак		23,26	12,34	125,04	651,99		
Итого за день 60,50 рублей								

Рацион: 5-11_В.Салда_ЗАВТРАК

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет натуральный	200	18,35	31,95	25,8	380,96	0,35	284
	Булочка с маком	100	7,32	6,52	56,4	312,32		424
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
Итого за Завтрак			29,6	40,15	126,54	889,48		
Итого за день 60,50 рублей								

Рацион: 5-11_В.Салда_ЗАВТРАК

СУББОТА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная из риса с маслом	250/10	2,18	2,76	9,2	45,8	0,16	174
	Масло (порциями)	15	0,06	5,46	0,12	49,5		14
	Сыр (порциями)	40	10,56	10,64		137,44	0,32	15
	Какао с молоком	200	3,77	3,2	26,74	150,8		382
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
	Итого за Завтрак		21,67	24,22	75,18	565,14		
Итого за день 60,50 рублей								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова



Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

04 сентября 2023г. -08 сентября 2023г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с бобовыми	250	5,5	9	66,13	216	2,2	102
	Гренки	30	3,6	0,6	18,9	94,5		371
	Гуляш свинина	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	13,96	11,62	75,48	462,23		171
	Кисель "Витощка"	200	0,1	0,04	24	95	20	352
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
Итого за Обед.			40,35	53,23	228,22	1372,57	22	
Итого за день 60,50 рублей								

Рацион: 5-11_В.Салда_ОБЕД

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68	82,02
	Зразы рубленые (свин.)	100	11,72	22,72	16,58	317,18	1,32	274
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед.		25,35	35	136,96	1021,97		
Итого за день 60,50 рублей								

Рацион: 5-11_В.Салда_ОБЕД

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	2,65	2,78	24,23	172	16,5	103,03
	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	356		268
	Рис припущенный с овощами	180	6,2	7,19	34,24	226,08	3,26	205
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед.		27,76	37,37	154,17	1058,08		
Итого за день 60,50 рублей								

Рацион: 5-11_В.Салда_ОБЕД

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250/10	5,6	5,1	47,93	218,99	8,39	96,02
	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое	100	2,87	7,13	9,3	161,47	1	235
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8		
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
Итого за Обед.			15,65	20,29	183,89	946,28		
Итого за день 60,50 рублей								

Рацион: 5-11_В.Салда_ОБЕД

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250/10	7,6	4,93	21,51	138	158,01	88,02
	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	100	20	23	47,6	388	0,07	295
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	10,99	8,2	45,37	350,38	2,7	44
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед.		42,88	37,85	176,94	1144,58	2	
Итого за день 60,50 рублей								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова



Меню ШКОЛА №2 ПОНЕДЕЛЬНИК 04 сентября 2023г. - 09 сентября 2023г.									
Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	На рецептуру	
			Б	Ж	У				
Завтрак	Английский завтрак № 1	250/10	11,72	14,32	53,02	359,48			173
	Вареное яйцо	100							
	Копченый картофель	Ж 200	3,17	2,68	15,08	101	1,3		378
	Хлеб пшеничный	100	15,1	27,81	29,4	433,1			
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05		
	Хлеб пшеничный	20	0,95	0,6	9,96	42,8			
Итого за Завтрак			33,34	46,23	122,74	1027,36			
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	5,6	9	66,13	216	2,2		102
	Гречка	30	3,6	0,6	18,9	94,5			371
	Тунца с овощами	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2		260
	Каша гречневая	180	13,96	11,62	75,48	462,23			171
	рассыпчатая (2 вариант)								
	Кисель "Витамин"	200	0,1	0,04	24	95	20		352
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06		
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
Итого за Обед			40,35	53,23	228,22	1372,57	22		
Итого за день 145,00 рублей									

РАЦИОН: 5-11 ДОВЗ, В.Салда ВТОРНИК									
Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	На рецептуру	
			Б	Ж	У				
Завтрак	Завязки рубленые (свиные)	100	11,72	22,72	16,68	317,18	1,32		274
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	6,4	31,68	272,99			309
	Сок апельсиновый	20	0,19	1,04	1,48	18,9	0,9		326
	Сок фруктовый и яблочный	200	1	0,2	24,4	101,6	20		389
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05		
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8			
Итого за Завтрак			22,85	30,69	98,6	623,47			
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68		82,02
	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	356			268
	Рагу из овощей	180	3,02	4,74	18,42	117,68	21,48		143
	Напиток из плодов цитрусовых	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6		388
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06		
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
	Хлеб пшеничный	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
Итого за Обед			23,66	37,02	133,42	908,48			
Итого за день 145,00 рублей									

РАЦИОН: 5-11 ДОВЗ, В.Салда СРЕДА									
Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	На рецептуру	
			Б	Ж	У				
Завтрак	Запеканка творожная с яблоками	200	16,09	20,82	37,28	409,52	2,53		163,03
	Молоко сухое	20	1,44	6	11,2	98	0,2		
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03		378
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05		
	Хлеб ржаной	20	1,19	0,75	12,45	53,5			
	Вареники с картофелем	75	5,69	4,64	38,25	220,76			438
Итого за Завтрак			28,91	32,99	128,88	913,78			
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	2,05	2,78	24,23	172	16,5		103,03
	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	356			268
	Рис припущенный с овощами	180	6,2	7,19	34,24	226,08	3,28		209
	Компот из ягод (замороженных)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6		388,06
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06		
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
	Хлеб пшеничный	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
Итого за Обед			27,75	37,37	154,17	1058,08			
Итого за день 145,00 рублей									

РАЦИОН: 5-11 ДОВЗ, В.Салда ЧЕТВЕРГ									
Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	На рецептуру	
			Б	Ж	У				
Завтрак	Суп из отварной рыбы (минтай)	100	14,8	4,3	3,4	110,77	1,86		236
	Плов картофельный	180	3,77	5,12	58,5	273,02	21,84		312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,08	29	108	1,49		348
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06		
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
	Хлеб пшеничный	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
Итого за Завтрак			23,26	12,34	125,04	651,99			
Обед	Рассольник вегетарианский на курином бульоне	250/10	5,6	6,1	47,93	218,89	6,39		96,02
	Плов из брокколи-картофель	280	27,18	31,59	87,03	701	9,1		291
	Кисель "Витамин"	200	0,1	0,04	24	95	20		352
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05		
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
	Хлеб пшеничный	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
	Хлеб пшеничный	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
Итого за Обед			36,71	38,36	188,3	1191,19	20		
Итого за день 145,00 рублей									

РАЦИОН: 5-11 ДОВЗ, В.Салда ПЯТНИЦА									
Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	На рецептуру	
			Б	Ж	У				
Завтрак	Омлет картофельный	200	18,35	31,55	25,6	380,95	0,35		284
	Вареники с мясом	100	7,32	8,52	56,4	312,32			424
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03		376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05		
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8			
	Хлеб пшеничный	20	0,95	0,6	9,96	42,8			
Итого за Завтрак			29,12	39,65	121,56	868,08			
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250/10	7,6	4,93	21,51	138	166,01		88,02
	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	100	20	23	47,6	388	0,07		296
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	10,99	8,2	45,37	350,36	2,7		44
	Компот из ягод (замороженных)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6		388
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05		
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
	Хлеб пшеничный	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
Итого за Обед			42,88	37,85	176,84	1144,58	2		
Итого за день 145,00 рублей									

РАЦИОН: 5-11 ДОВЗ, В.Салда СУББОТА									
Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	На рецептуру	
			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша овсяная молочная из риса с маслом	250/10	2,18	2,78	9,2	46,6	0,16		174
	Масло (поджаренное)	15	0,06	5,46	0,12	49,5			14
	Сок (поджаренный)	40	10,66	10,64		137,44	0,32		15
	Каша с маслом	200	3,77	3,2	28,74	155,8			382
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05		
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8			
Итого за Завтрак			16,92	23,38	60,42	488,34			
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68		82,02
	Курица отварная	100	16,98	16,18	14,62	241,58	2		268
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	6,4	31,68	272,99			309
	Компот из ягод (замороженных)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6		388,06
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05		
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
	Хлеб пшеничный	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2			
Итого за Обед			29,81	28,2	130,2	922,35	2		
Итого за день 145,00 рублей									

Зав. производством Ю.А. Зубкова



Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

К.С. Зулхиджия
Р.Ф. Калинин

04 сентября 2023г. - 09 сентября 2023г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	5,5	9	66,13	216	12,2	102
	Гречки	30	3,6	0,6	18,9	94,5		371
	Гуляш свиная	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Каша гречневая	180	13,96	11,62	75,48	462,23		171
	рассыпчатая (2 вариант)							
	Кисель "Витюшка"	200	0,1	0,04	24	95	20	352
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
Итого за Обед			40,35	53,23	228,22	1372,57	22	
Итого за день 421,00 рубль								

Рацион: 2_Комплекс

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,6	10,68	82,02
	Зразы рубленые (свин.)	100	11,72	22,72	16,58	317,18	1,32	274
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед		25,35	35	136,96	1021,97		
Итого за день 421,00 рубль								

Рацион: 2_Комплекс

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	2,85	2,78	24,23	172	16,5	103,03
	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	356		268
	Рис припущенный с овощами	180	6,2	7,19	34,24	226,08	3,26	205
	Компот из ягод (заморожка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед		27,76	37,37	154,17	1058,08		
Итого за день 421,00 рубль								

Рацион: 2_Комплекс

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250/10	5,6	5,1	47,93	218,99	8,39	96,02
	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое	100	2,87	7,13	9,3	161,47	1	235
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,96	42,8		
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Итого за Обед		15,65	20,29	183,89	946,28		
Итого за день 124,00 рубль								

Рацион: 2_Комплекс

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250/10	7,6	4,93	21,51	138	158,01	88,02
	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	100	20	23	47,6	388	0,07	295
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	10,99	8,2	45,37	350,38	2,7	44
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед		42,88	37,85	176,94	1144,58	2	
Итого за день 124,00 рубль								

Рацион: 2_Комплекс

СУББОТА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,6	10,68	82,02
	Курица отварная	100	16,98	16,16	14,82	241,56	2	288
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Компот из ягод (заморожка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2		
	Итого за Обед		29,81	28,2	130,2	922,35	2	
Итого за день 124,00 рубль								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

169

Ю.А. Зуйкова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 646116746743375933883833707902081325236681597446

Владелец Калиенко Рената Фёдоровна

Действителен с 20.02.2023 по 20.02.2024