



Меню  
ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК  
19 февраля 2024г. 19 февраля 2024г. 22 февраля 2024г.

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

| Прием пищи                  | Наименование блюда                     | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|----------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                        |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Завтрак                     | Каша вязкая молочная из пшена с маслом | 200/10         | 9,47                 | 4,97  | 42,82  | 280,43                               |           | 173            |
|                             | Сыр (порциями)                         | 25             | 6,6                  | 6,65  | 85,9   |                                      | 0,2       | 15             |
|                             | Кофейный напиток с молоком             | 200            | 3,17                 | 2,66  | 101    |                                      | 1,3       | 379            |
|                             | Хлеб пшеничный                         | 40             | 3,2                  | 0,96  | 19,2   | 96                                   | 0,06      |                |
|                             | Хлеб ржаной                            | 30             | 1,43                 | 0,9   | 14,94  | 60                                   |           |                |
| Итого за Завтрак            |                                        |                | 23,87                | 22,76 | 92,92  | 639,23                               |           |                |
| Обед.                       | Суп картофельный с бобовыми            | 200            | 4,4                  | 7,2   | 52,9   | 172,8                                | 1,76      | 102            |
|                             | Гречки                                 | 20             | 2,4                  | 0,4   | 12,6   | 63                                   |           | 371            |
|                             | Пюре свиная                            | 50/50          | 12,09                | 29,81 | 4,59   | 323,24                               | 2         | 260            |
|                             | Каша гречневая рассычатая (2           | 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             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                                   |           |                |
| Итого за Обед.              |                                        |                | 33,98                | 48,45 | 181,35 | 1155,23                              | 22        |                |
| Итого за день 189,44 рублей |                                        |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

ВТОРНИК

| Прием пищи                  | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|-------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                 |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Завтрак                     | Эссы 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                                  | 30             | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                                   | 0,05      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                     | 30             | 1,43                 | 0,9   | 14,94  | 64,2                                 |           |                |
| Итого за Завтрак            |                                                 |                | 21,06                | 27,81 | 96,54  | 767,65                               |           |                |
| Обед.                       | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне | 200/10         | 1,4                  | 3,94  | 15,59  | 103,22                               | 8,63      | 82,02          |
|                             | Шницели (свинина)                               | 90             | 12,24                | 22,86 | 23,67  | 320,4                                |           | 268,04         |
|                             | Рагу из овощей                                  | 150            | 2,52                 | 3,95  | 15,35  | 98,07                                | 17,9      | 143            |
|                             | Напиток из плодов шиповника                     | 200            | 0,66                 | 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                                 |           |                |
|                             | Итого за Обед.                                  |                | 20,87                | 32,51 | 119,21 | 801,69                               |           |                |
| Итого за день 189,44 рублей |                                                 |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

СРЕДА

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                          | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                             |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Завтрак                     | Запеканка творожная с яблоком/                              | 160            | 14,47                | 16,66 | 29,82  | 327,62                               | 2,03      | 163,03         |
|                             | Молоко густое                                               | 30             | 2,16                 | 6     | 16,8   | 147                                  | 0,3       |                |
|                             | Чай с сахаром                                               | 200            | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                                   | 0,03      | 376            |
|                             | Хлеб пшеничный                                              | 60             | 4,8                  | 1,44  | 28,8   | 144                                  | 0,09      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                                 | 50             | 2,38                 | 1,5   | 24,9   | 107                                  |           |                |
| Итого за Завтрак            |                                                             |                | 23,91                | 28,66 | 115,32 | 785,62                               |           |                |
| Обед.                       | Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне | 200            | 2,12                 | 2,22  | 19,38  | 137,6                                | 13,2      | 103,03         |
|                             | Биточки (свинина)                                           | 90             | 12,24                | 22,86 | 23,67  | 320,4                                |           | 268,03         |
|                             | Рис припущенный с овощами                                   | 150            | 5,17                 | 5,99  | 28,53  | 188,4                                | 2,72      | 205            |
|                             | Компот из ягод (заморозка)                                  | 200            | 0,66                 | 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 | 928,4                                |           |                |
| Итого за день 189,44 рублей |                                                             |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                    | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                       |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Завтрак                     | Суфле из отварной рыбы (горбуша) с рисом паровое(с/г) | 90             | 14,17                | 10,8  | 8,37   | 187,43                               |           | 235            |
|                             | Пюре картофельное                                     | 150            | 3,14                 | 5,1   | 48,75  | 227,52                               | 18,2      | 312            |
|                             | Компот из смеси сухофруктов                           | 200            | 0,08                 | 0,08  | 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            |                                                       |                | 21,2                 | 17,58 | 115,46 | 659,15                               | 20,64     |                |
| Обед.                       | Рассольник ленинградский на курином бульоне           | 200/10         | 4,52                 | 4,12  | 38,71  | 176,88                               | 6,78      | 96,02          |
|                             | Плов из бройлер-цыплят                                | 240            | 23,3                 | 27,08 | 74,6   | 600,85                               | 7,8       | 291            |
|                             | 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.                                        |                | 31,27                | 32,56 | 161,67 | 987,53                               | 20        |                |
| Итого за день 189,44 рублей |                                                       |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова