

УТВЕРЖДАЮ  
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах  
Р.Ф. Калиенко

Меню «Комбинат ШКОЛА №2 ПОНЕДЕЛЬНИКА №1»

Рацион: 1-4\_В.Салда\_ЗАВТРАК

21 октября 2024г. -25 октября 2024г.

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
	Сыр (порциями)	20	5,28	5,32		68,72	0,16	15
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	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	66		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>22,55</b>	<b>21,43</b>	<b>92,92</b>	<b>622,05</b>		
<b>Итого за день 79,18 рублей</b>								

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
	Кисель "Витощка"	200			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		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>19,59</b>	<b>27,31</b>	<b>91,16</b>	<b>740,85</b>	<b>20</b>	
<b>Итого за день 79,18 рублей</b>								

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	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	200/10	16,71	20,5	47,09	311,77		173
	Чай с молоком	200	1,4	1,6	17,7	91	1,33	378
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>22,27</b>	<b>24,22</b>	<b>108,75</b>	<b>612,77</b>		
<b>Итого за день 79,18 рублей</b>								

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	Тфтели 2-й вариант /свин/	60/30	6,96	16,1	11,6	223	0,92	279
	Пюре картофельное	150	3,14	5,1	48,75	227,52	18,2	312
	Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,56	8,4	3	1 044
	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	66		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>14,51</b>	<b>22,94</b>	<b>106,25</b>	<b>656,92</b>	<b>3</b>	
<b>Итого за день 79,18 рублей</b>								

Рацион: 1-4\_В.Салда\_ЗАВТРАК

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	90	12,24	22,86	23,67	320,4		268
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,16	6,83	37,81	291,98	2,25	44
	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	66		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>25,29</b>	<b>31,37</b>	<b>119,82</b>	<b>858,38</b>	<b>1</b>	
<b>Итого за день 79,18 рублей</b>								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ  
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

Меню  
ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК

21 октября 2024г. -25 октября 2024г.

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
	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
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>33,18</b>	<b>48,23</b>	<b>167,55</b>	<b>1096,23</b>	<b>2</b>	

Итого за день 79,18 рублей

Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

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 рубленные (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
	Кисель	200	0,1	0,04	30,12	121	3	352
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>21,37</b>	<b>30,55</b>	<b>116,37</b>	<b>875,17</b>	<b>3</b>	

Итого за день 79,18 рублей

Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

СРЕДА

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
	Тефтели 2-й вариант /свин/	60/30	6,96	16,1	11,6	223	0,92	279
	Пюре картофельное	150	3,14	5,1	48,75	227,52	18,2	312
	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	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>20,06</b>	<b>26,6</b>	<b>135,2</b>	<b>809,98</b>		

Итого за день 79,18 рублей

Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

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
	Плов (свин.)	200	22	22,51	34,71	429,32	1,71	265
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	50	4	1,2	24	120	0,08	
	Хлеб ржаной	40	1,91	1,2	19,92	88		
	<b>Итого за Обед.</b>			<b>33,11</b>	<b>29,17</b>	<b>152,6</b>	<b>958</b>	

Итого за день 79,18 рублей

Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп из овощей на курином бульоне	200/10	1,22	3,84	7,04	73,27	7,98	99,02
	Печень по-строгановски	50/50	40,61	32,81	9,36	462,5	1	255
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	11,63	9,68	62,9	385,19		171
	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	66		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>57,39</b>	<b>48,01</b>	<b>123,64</b>	<b>1118,96</b>		

Итого за день 79,18 рублей

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ  
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК «Комбинат»  
21 октября 2024г. - 25 октября 2024г.

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	14,97	42,86	290,33		173
	Сыр (порциями)	20	5,28	5,39	1,90	68,72	0,16	15
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	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	66		
Итого за Завтрак			22,55	21,43	92,92	622,05		
Обед.	Суп картофельный с бобовыми	200	4,4	7,2	52,9	172,8	1,76	102
	Грени	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	9,88	62,9	385,19		171
	Салат фруктовый и ягодные	200	1	0,2	24,4	101,6	20	389
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
	Итого за Обед.			34,08	48,37	176,95	1137,83	2

Итого за день 189,44 рублей

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

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
	Салат из свеклы с майонезом	20	0,19	1,04	1,48	16,9	0,9	326
	Кисель "Витолка"	200			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 Завтрак			19,59	27,31	91,16	740,85	20	
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68	82,02
	Азу по-татарски (свинина)	240	15,85	8,58	4,46	181,86	1	637
	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	0,96	0,6	9,96	44		
	Итого за Обед.			21,04	14,84	63,12	485,66	1

Итого за день 189,44 рублей

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	200/10	16,71	20,5	47,09	311,77		173
	Чай с молоком	200	1,4	1,6	17,7	91	1,33	378
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Итого за Завтрак			22,27	24,22	108,75	612,77	
Обед.	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200/10	6,14	3,98	17,37	111,46	127,62	86,02
	Каша Царская с курой	200	60,4	37,74	20,14	662,98	5	
	Компот из яблок	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб пшеничный	50	4	1,2	24	120	0,08	
	Хлеб ржаной	40	1,91	1,2	19,92	88		
	Итого за Обед.			72,91	44,22	114,55	1114,12	5

Итого за день 189,44 рублей

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Тестели 2-й вариант /свин/	60/30	6,96	16,1	11,6	223	0,92	279
	Пюре картофельное	150	3,14	5,1	48,75	227,52	18,2	312
	Овурлы свежие	60	0,48	0,06	1,56	8,4	3	1044
	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	66		
Итого за Завтрак			14,51	22,94	106,25	656,92	3	
Обед.	Рассольник пеннинградский на Плов (свин.)	200/10	4,52	4,12	38,71	176,88	6,78	96,02
	Плов (свин.)	200	22	22,51	34,71	429,32	1,71	265
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,05
	Хлеб пшеничный	50	4	1,2	24	120	0,08	
	Хлеб ржаной	40	1,91	1,2	19,92	88		
	Итого за Обед.			33,11	29,17	152,6	958	

Итого за день 189,44 рублей

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
Завтрак	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	90	12,24	22,86	23,67	320,4		268	
	Каша гречневая рассыпчатая с	150	9,16	6,83	37,81	291,98	2,25	44	
	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	66			
	Итого за Завтрак			25,29	31,37	119,82	859,38	1	
Обед.	Суп из овощей на курином бульоне	200/10	1,22	3,84	7,04	73,27	7,98	99,02	
	Печень по-строгановски	50/50	40,61	32,81	9,36	462,5	1	255	
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	26,4	227,49		309	
	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	66			
	Итого за Обед.			51,23	42,83	87,14	961,28		

Итого за день 189,44 рублей

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

7108РЖДАЮ  
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_

**Меню «Комбинат Школьного питания»**  
ПОНЕДЕЛЬНИК 21 октября 2024г. -25 октября 2024г.

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	8,2	172,8	1,76	102
	Грени	20	2,4	8,4	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
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>33,18</b>	<b>48,23</b>	<b>167,55</b>	<b>1096,23</b>	<b>2</b>	
Полдник	Хачапури с сыром	100	15,1	27,92	29,4	432,1	0,34	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	101	1,3	379
<b>Итого за Полдник</b>			<b>18,27</b>	<b>30,6</b>	<b>45,36</b>	<b>533,1</b>		
<b>Итого за день 189,44 рублей</b>								

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
	Кисель	200	0,1	0,04	30,12	121	3	352
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	40	1,91	1,2	19,92	88		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>22,65</b>	<b>31,09</b>	<b>126,15</b>	<b>921,17</b>	<b>3</b>	
Полдник	Кекс "Столичный"	100	5,89	19,23	57,79	388,78		82
	Чай с молоком	200	1,4	1,6	17,7	91	1,33	378
<b>Итого за Полдник</b>			<b>7,29</b>	<b>20,83</b>	<b>75,49</b>	<b>479,76</b>	<b>1,33</b>	
<b>Итого за день 189,44 рублей</b>								

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.	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200/10	6,14	3,98	17,37	111,46	127,62	88,02
	Тефтели 2-й вариант /свин/	60/30	6,96	16,1	11,6	223	0,92	278
	Пюре картофельное	150	3,14	5,1	48,75	227,52	18,2	312
	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	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>20,06</b>	<b>26,6</b>	<b>135,2</b>	<b>609,98</b>		
Полдник	Пицца домашняя	100	9,9	16,26	28,34	299	0,2	413,04
	Соки фруктовые и ягодные	200	1	0,2	24,4	101,6	20	389
<b>Итого за Полдник</b>			<b>10,9</b>	<b>16,46</b>	<b>52,74</b>	<b>400,6</b>	<b>20,2</b>	
<b>Итого за день 189,44 рублей</b>								

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
	Плов (свин.)	200	22	22,51	34,71	429,32	1,71	285
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	50	4	1,2	24	120	0,08	
	Хлеб ржаной	40	1,91	1,2	19,92	88		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>33,11</b>	<b>29,17</b>	<b>152,6</b>	<b>958</b>		
Полдник	Пицца с сыром Школьная	100	12,16	13,16	38,49	322,79	0,49	412
	Молоко кипяченое	200	5,6	8,4	9,4	116	2,74	385
<b>Итого за Полдник</b>			<b>17,76</b>	<b>19,56</b>	<b>47,89</b>	<b>438,79</b>	<b>3,23</b>	
<b>Итого за день 189,44 рублей</b>								

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.	Суп из овощей на курином бульоне	200/10	1,22	3,84	7,04	73,27	7,98	99,02
	Печень по-строгановски	50/50	40,61	32,81	9,36	462,5	1	255
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	11,63	9,68	62,9	385,19		171
	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	66		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>57,39</b>	<b>48,01</b>	<b>123,64</b>	<b>1118,96</b>		
Полдник	Залепанка из творога со сгущенным молоком 150/20	150/20	44,19	56,1	47,6	432		223
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	101	1,3	379
<b>Итого за Полдник</b>			<b>47,36</b>	<b>58,78</b>	<b>63,56</b>	<b>533</b>	<b>2,09</b>	
<b>Итого за день 189,44 рублей</b>								

Зав. производством

\_\_\_\_\_ Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ  
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

**Меню**  
**ШКОЛА №2**  
**ПОНЕДЕЛЬНИК**

21 октября 2024г. -25 октября 2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,16	6,83	37,81	291,98	2,25	44
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94	20	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>11,96</b>	<b>8,89</b>	<b>92,33</b>	<b>531,58</b>	<b>1</b>	

Итого за день 79,18 рублей

Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

**ВТОРНИК**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Азу по-татарски (свинина)_	260	17,17	9,29	4,84	175,35	1	637
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>19,17</b>	<b>10,55</b>	<b>39,76</b>	<b>320,95</b>	<b>1</b>

Итого за день 79,18 рублей

Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

**СРЕДА**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Рагу из овощей	150	2,52	3,95	15,35	98,07	17,9	143
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94	20	
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>5,32</b>	<b>6,01</b>	<b>69,87</b>	<b>337,67</b>	

Итого за день 79,18 рублей

Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

**ЧЕТВЕРГ**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Плов (свин.)	250	27,5	28,14	43,39	536,65	2,14	265
	Кисель "Витошка"	200	0,1	0,04	24	95	20	352
	Хлеб ржаной	50	2,38	1,5	24,9	107		
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>29,98</b>	<b>29,68</b>	<b>92,29</b>	<b>738,65</b>	<b>20</b>

Итого за день 79,18 рублей

Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

**ПЯТНИЦА**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша Царская с курой	260	78,52	49,06	26,18	861,46	6	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>80,52</b>	<b>50,32</b>	<b>61,1</b>	<b>1007,06</b>	<b>0,03</b>

Итого за день 79,18 рублей

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНО  
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Рацион: 1-4\_ГПД\_В.Салда\_№2

Меню  
ШКОЛЫ №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК

«Комбинат ШКОЛЬНОГО ПИЩЕБЛОКА»  
21 октября 2024г. -25 октября 2024г.

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	31,1	62,8	1,76	102
	Грени	20	2,4	0,4	5,9	12,6		371
	Туляш 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
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,46	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.		33,18	48,23	167,55	1096,23	2		
Полдник	Сок 0,2	1			23,12	92,5		
	Выпечка в ассортименте	50	7,55	13,96	14,7	216,05	0,17	
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Итого за Полдник		8,35	14,76	57,42	402,55	20,17	
Итого за день 204,50 рубля								

Рацион: 1-4\_ГПД\_В.Салда\_№2

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
	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	66		
Итого за Обед.		21,37	30,57	101,25	814,17			
Полдник	Сок 0,2	1			23,12	92,5		
	Выпечка в ассортименте	50	7,55	13,96	14,7	216,05	0,17	
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Итого за Полдник		8,35	14,76	57,42	402,55	20,17	
Итого за день 204,50 рубля								

Рацион: 1-4\_ГПД\_В.Салда\_№2

СРЕДА

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
	Тефтели 2-й вариант /свин/	60/30	6,96	16,1	11,6	223	0,92	279
	Пюре картофельное	150	3,14	5,1	48,75	227,52	18,2	312
	Комлот 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	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.		20,06	26,6	135,2	809,98			
Полдник	Сок 0,2	1			23,12	92,5		
	Выпечка в ассортименте	50	7,55	13,96	14,7	216,05	0,17	
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Итого за Полдник		8,35	14,76	57,42	402,55	20,17	
Итого за день 204,50 рубля								

Рацион: 1-4\_ГПД\_В.Салда\_№2

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	98,02
	Плов (свин.)	200	22	22,51	34,71	429,32	1,71	265
	Комлот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	50	4	1,2	24	120	0,08	
	Хлеб ржаной	40	1,91	1,2	19,92	88		
	Итого за Обед.		33,11	29,17	152,6	958		
Полдник	Сок 0,2	1			23,12	92,5		
	Выпечка в ассортименте	50	7,55	13,96	14,7	216,05	0,17	
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Итого за Полдник		8,35	14,76	57,42	402,55	20,17	
Итого за день 204,50 рубля								

Рацион: 1-4\_ГПД\_В.Салда\_№2

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп из овощей на курином бульоне	200/10	1,22	3,84	7,04	73,27	7,98	99,02
	Печень по-строгановски	50/50	40,61	32,81	9,36	462,5	1	255
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	11,63	9,68	62,9	385,19		171
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.		58,19	46,25	128,44	1142,96			
Полдник	Сок 0,2	1			23,12	92,5		
	Выпечка в ассортименте	50	7,55	13,96	14,7	216,05	0,17	
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Итого за Полдник		8,35	14,76	57,42	402,55	20,17	
Итого за день 204,50 рубля								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ  
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Рацион: 5-11\_В.Салда\_ЗАВТРАК\_

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
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	101	1,3	379
	Хачапури с сыром	50	7,55	13,96	14,7	216,05	0,17	
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>23,55</b>	<b>30,09</b>	<b>112,64</b>	<b>793,38</b>		

Итого за день 93,23 рубля

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.)	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
	Чай с лимоном	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>23,15</b>	<b>30,01</b>	<b>98,4</b>	<b>817,17</b>		

Итого за день 93,23 рубля

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	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	250/10	20,69	25,38	58,3	386		173
	Булочка домашняя	50	3,66	3,26	28,2	156,16		424
	Чай с молоком	200	1,4	1,6	17,7	91	1,33	378
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>29,91</b>	<b>32,36</b>	<b>148,16</b>	<b>843,16</b>		

Итого за день 93,23 рубля

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	Тефтели 2-й вариант /свин/	70/35	8,12	18,78	13,53	260,17	1,07	279
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Булочка с маком	50	3,66	3,26	28,2	156,16		424
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>19,48</b>	<b>29,84</b>	<b>144,57</b>	<b>887,35</b>		

Итого за день 93,23 рубля

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	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	356		268
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	10,99	8,2	45,37	350,38	2,7	44
	Компст из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Гребешок с повидлом	50	2,8	1,08	23,6	115,34		406
	Хлеб пшеничный	25	2	0,6	12	60	0,04	
	Хлеб ржаной	25	1,19	0,75	12,45	55		
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>30,64</b>	<b>36,09</b>	<b>148,72</b>	<b>1044,72</b>	<b>1</b>

Итого за день 93,23 рубля

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 пшена и риса) "Дружба" с маслом	250/10	6	6,96	31,74	281,39		175
	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	30	1,43	0,9	14,94	66		
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>20,92</b>	<b>19,24</b>	<b>77,04</b>	<b>623,47</b>	

Итого за день 93,23 рубля

Зав. производством

*(Handwritten signature)*

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ  
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Б.О. Розенбах  
Р.Ф. Калиенко

Рацион: 5-11\_обед\_

21 октября 2024г. -25 октября 2024г.

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	2,2	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)	180	13,96	11,62	75,48	462,23		171
	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	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>37,41</b>	<b>52,21</b>	<b>198,16</b>	<b>1240,47</b>	<b>2</b>	

Итого за день 93,23 рубля

Рацион: 5-11\_обед\_

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	127,8	10,68	82,02
	Зразы рубленные (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
	Кисель	200	0,1	0,04	30,12	121	3	352
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>23,97</b>	<b>34,66</b>	<b>127,02</b>	<b>976,97</b>	<b>3</b>	

Итого за день 93,23 рубля

Рацион: 5-11\_обед\_

СРЕДА

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
	Тефтели 2-й вариант /свин/	70/35	8,12	18,78	13,53	260,17	1,07	279
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	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	66		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>23,78</b>	<b>31,55</b>	<b>156</b>	<b>941,19</b>		

Итого за день 93,23 рубля

Рацион: 5-11\_обед\_

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
	Плов (свин.)	240	26,4	27,01	41,65	515,18	2,05	265
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	50	4	1,2	24	120	0,08	
	Хлеб ржаной	50	2,39	1,5	24,9	110		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>39,07</b>	<b>34,95</b>	<b>173,74</b>	<b>1107,97</b>		

Итого за день 93,23 рубля

Рацион: 5-11\_обед\_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп из овощей на курином бульоне	250/10	1,51	4,75	8,72	90,72	9,88	99,02
	Печень по-строгановски	50/50	40,61	32,81	9,36	462,5	1	255
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	13,96	11,62	75,48	462,23		171
	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	66		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>60,01</b>	<b>50,86</b>	<b>137,9</b>	<b>1213,45</b>		

Итого за день 93,23 рубля

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова



УТВЕРЖДАЮ  
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Рацион: 5-11\_ДОВ3\_В.Салда\_

Принем 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	280,35		173
	Кобелейный напиток с молоком	200	9,17	2,98	15,96	101	1,3	379
	Жамалуги с сыром	50	7,55	13,99	14,7	216,05	0,17	
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,9	14,94	66	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,9	14,94	66		
	Фрукт свежий	1	0,8	0,9	19,6	84		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>22,55</b>	<b>30,09</b>	<b>112,64</b>	<b>793,38</b>		
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	5,5	9	69,13	216	2,2	102
	Грени	20	2,4	0,4	12,6	83		371
	Гуппы свинина	50/50	12,05	29,81	4,59	323,24	2	280
	Каша гречневая рассычатая (2 вариант)	180	13,59	11,62	75,49	462,23		171
	Салат картофельный и огурцы	200	1	0,2	24,4	101,9	20	389
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,9	14,94	66		
<b>Итого за Обед</b>			<b>38,31</b>	<b>52,35</b>	<b>207,56</b>	<b>1282,07</b>	<b>2</b>	

Рацион: 5-11\_ДОВ3\_В.Салда\_

ВТОРНИК

Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Зразы дубинные (свин.)	100	11,72	22,72	16,58	317,19	1,32	274
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Чай с лимонном	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>21,55</b>	<b>29,53</b>	<b>86,8</b>	<b>769,17</b>	
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68	82,02
	Азу по-татарски (свинина)	280	18,49	10,01	5,2	188,84	1	637
	Кисель	200	0,1	0,04	30,12	121	3	352
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
	<b>Итого за Обед</b>			<b>24,15</b>	<b>16,95</b>	<b>83,36</b>	<b>575,64</b>	<b>4</b>

Рацион: 5-11\_ДОВ3\_В.Салда\_

СРЕДА

Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом	250/10	20,69	25,38	58,3	386		173
	Булочка медовая	50	3,66	3,26	28,2	156,16		424
	Чай с молоком	200	1,4	1,6	17,7	91	1,33	378
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Фрукт свежий	1	0,8	0,9	19,6	84		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>25,58</b>	<b>32,42</b>	<b>148,34</b>	<b>641,16</b>		
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250/10	7,6	4,93	21,51	136	158,01	88,02
	Каша Царская с укроп	280	84,59	52,94	28,2	927,72	7	
	Компот из яблок	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	66		
	<b>Итого за Обед</b>			<b>95,45</b>	<b>59,49</b>	<b>112,17</b>	<b>1335,72</b>	<b>7</b>

Рацион: 5-11\_ДОВ3\_В.Салда\_

ЧЕТВЕРГ

Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Топленое 2-й вариант (свин.)	70/25	8,12	18,78	13,63	263,17	1,07	278
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	378
	Булочка с маслом	50	3,69	3,26	28,2	156,16		424
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>19,48</b>	<b>29,84</b>	<b>144,57</b>	<b>887,35</b>		
Обед	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250/10	5,6	5,1	47,93	218,99	8,39	96,02
	Плюс (свин.)	240	28,4	27,01	41,65	515,18	2,05	285
	Компот из яблок (заморожен)	200	0,68	0,14	35,25	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	50	2,39	1,6	24,9	110		
	<b>Итого за Обед</b>			<b>39,07</b>	<b>34,95</b>	<b>173,74</b>	<b>1107,97</b>	

Рацион: 5-11\_ДОВ3\_В.Салда\_

ПЯТНИЦА

Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Котлеты, биточки, шанецы (свинина)	100	13,6	25,4	20,3	388		288
	Сыр голландский с овощами	180	3,77	8,2	45,37	350,28	2,7	44
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,06	29	108	1,49	349
	Греческий пирог	50	2,8	1,08	23,6	115,34		406
	Хлеб пшеничный	25	2	0,6	12	60	0,04	
	Хлеб ржаной	25	1,19	0,75	12,45	55		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>30,64</b>	<b>36,09</b>	<b>148,72</b>	<b>1044,72</b>	<b>1</b>	
Обед	Суп из овощей на курином бульоне	250/10	1,51	4,75	6,72	50,72	9,88	99,02
	Печень по-строгановски	50/50	40,61	32,61	9,36	462,5	1	255
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	378
	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
<b>Итого за Обед</b>			<b>52,64</b>	<b>44,64</b>	<b>84,1</b>	<b>1024,21</b>		

Рацион: 5-11\_ДОВ3\_В.Салда\_

СУББОТА

Принем пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная (из пшена и риса)	250/10	8	6,96	31,74	281,39		175
	"Духица" с маслом	30	7,82	7,98	20,3	103,08	0,24	16
	Сыр (голландский)	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	30	1,43	0,9	14,94	66		
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>20,92</b>	<b>19,24</b>	<b>77,04</b>	<b>623,47</b>	
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68	82,02
	Зразы дубинные (свин.)	100	11,72	22,72	16,58	317,18	1,32	274
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Компот из яблок (заморожен)	200	0,68	0,14	35,25	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	66		
<b>Итого за Обед</b>			<b>21,73</b>	<b>35,48</b>	<b>159,98</b>	<b>999,9</b>		

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ  
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

Меню «Комбинат ШКОЛА №2 КОЛЫНОГО ПОНЕДЕЛЬНИКА №1»

21 октября 2024г. -26 октября 2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Плов из бройлер-цыплят	200	19,42	25,58	62,17	500,7	6,5	291
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хачапури с сыром	75	11,33	20,94	22,05	324,08	0,26	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>31,81</b>	<b>44,17</b>	<b>109,18</b>	<b>928,78</b>		
<b>Итого за день 120,00 рублей</b>								

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	356		268
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Соки фруктовые и ягодные	200	1	0,2	24,4	101,66	20	389
	Пирожок с капустой и яйцом	75	6,13	14,25	29,28	224,58		406
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>30,68</b>	<b>46,57</b>	<b>136,02</b>	<b>1071,17</b>		
<b>Итого за день 120,00 рублей</b>								

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Курица отварная	100	16,98	16,16	14,62	241,56	2	288
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	13,96	11,62	75,48	462,23		171
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Булочка домашняя	50	3,66	3,26	28,2	156,16		424
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>38,06</b>	<b>32,42</b>	<b>157,66</b>	<b>1035,95</b>	<b>3,36</b>	
<b>Итого за день 120,00 рублей</b>								

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Гуляш свинина	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Чай с лимоном	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Булочка с маком	50	3,66	3,26	28,2	156,16		424
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>22,29</b>	<b>40,3</b>	<b>126,85</b>	<b>909,42</b>	<b>25,7</b>	
<b>Итого за день 120,00 рублей</b>								

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Каша Царская с курой	220	66,44	41,52	22,16	728,92	5	
	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	0,96	0,6	9,96	44		
	Крендель сахарный	100	0,06	0,12	0,52	3,36		415
<b>Итого за Обед.</b>			<b>69,96</b>	<b>43,02</b>	<b>62,04</b>	<b>908,28</b>	<b>0,08</b>	
<b>Итого за день 120,00 рублей</b>								

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

СУББОТА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Поджарка (свин.)	70	14,95	19,46	2,88	245,54	1,49	251
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Шанежка с наливкой	50	4,13	3,78	24,71	149,63		693
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>26,89</b>	<b>30,82</b>	<b>145,71</b>	<b>927,99</b>		
<b>Итого за день 120,00 рублей</b>								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ  
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Рацион: 2\_Комплексы\_№2\_

Меню «Комбинат»  
ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК  
Питания № 1  
21 октября 2024г. -26 октября 2024г.

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	2,2	102
	Плов из бройлер-цыплят	250	24,27	28,21	77,71	625,88	8,12	291
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хачапури с сыром	50	7,55	13,96	14,7	216,05	0,17	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>38,36</b>	<b>51,83</b>	<b>183,5</b>	<b>1161,93</b>		

Итого за день 146,00 рублей

Рацион: 2\_Комплексы\_№2\_

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	127,8	10,68	82,02
	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	356		268
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Соки фруктовые и ягодные	200	1	0,2	24,4	101,6	20	389
	Пирожок с капустой и яйцом	75	6,13	14,25	29,28	224,58		406
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>32,41</b>	<b>51,45</b>	<b>155,32</b>	<b>1198,97</b>		

Итого за день 146,00 рублей

Рацион: 2\_Комплексы\_№2\_

СРЕДА

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	86,02
	Курица отварная	100	16,98	16,16	14,62	241,56	2	288
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	13,96	11,62	75,48	462,23		171
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Булочка домашняя	50	3,66	3,26	28,2	156,16		424
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>44,86</b>	<b>37,11</b>	<b>174,37</b>	<b>1149,95</b>	<b>2</b>	

Итого за день 146,00 рублей

Рацион: 2\_Комплексы\_№2\_

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
	Гуляш свинина	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Чай с лимоном	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Булочка с маком	50	3,66	3,26	28,2	156,16		424
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>27,89</b>	<b>45,4</b>	<b>174,78</b>	<b>1128,41</b>	<b>2</b>	

Итого за день 146,00 рублей

Рацион: 2\_Комплексы\_№2\_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп из овощей на курином бульоне	250/10	1,51	4,75	8,72	90,72	9,98	99,02
	Каша Царская с курой	200	60,4	37,74	20,14	662,66	5	
	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	0,96	0,6	9,96	44		
	Крендель сахарный	100	0,06	0,12	0,52	3,36		415
<b>Итого за Обед.</b>			<b>65,43</b>	<b>43,99</b>	<b>68,74</b>	<b>932,74</b>	<b>5</b>	

Итого за день 146,00 рублей

Рацион: 2\_Комплексы\_№2\_

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	127,8	10,68	82,02
	Поджарка (свин.)	70	14,95	19,46	2,88	245,54	1,49	251
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,58	0,14	35,26	143,8	0,8	388,06
	Шанежка с наливкой	50	4,13	3,78	24,71	149,63		693
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
<b>Итого за Обед.</b>			<b>28,62</b>	<b>35,7</b>	<b>165,01</b>	<b>1055,79</b>		

Итого за день 146,00 рублей

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ  
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Рацион: 3\_Комплекс\_№2\_

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	2,2	102
	Гренки	20	2,4	0,4	12,6	63		371
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хачапури с сыром	75	11,33	20,94	22,05	324,08	0,26	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.			20,76	31,3	130,72	729,08		
Итого за день 75,00 рублей								

Рацион: 3\_Комплекс\_№2\_

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	127,8	10,68	82,02
	Соки фруктовые и ягодные	200	1	0,2	24,4	101,6	20	389
	Пирожок с капустой и яйцом	75	6,13	14,25	29,28	224,58		406
	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.			12,22	20,65	97,34	569,98		
Итого за день 75,00 рублей								

Рацион: 3\_Комплекс\_№2\_

СРЕДА

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
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Булочка домашняя	100	7,32	6,52	56,4	312,32		424
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.			18,85	13,13	122,25	648,32		
Итого за день 75,00 рублей								

Рацион: 3\_Комплекс\_№2\_

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
	Чай с лимоном	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Булочка с маком	75	5,49	4,89	42,3	234,24		424
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.			13,86	11,1	125,79	610,23		
Итого за день 75,00 рублей								

Рацион: 3\_Комплекс\_№2\_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп из овощей на курином бульоне	250/10	1,51	4,75	8,72	90,72	9,88	99,02
	Крендель сахарный	100	0,06	0,12	0,52	3,36		415
	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	66		
Итого за Обед.			5,5	6,55	53,58	292,08		
Итого за день 75,00 рублей								

Рацион: 3\_Комплекс\_№2\_

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	127,8	10,68	82,02
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Шанежка с наливкой	50	4,13	3,78	24,71	149,63		693
	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.			9,9	10,12	103,63	537,23		
Итого за день 75,00 рублей								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 98160421728937443086516107854325912870385464327

Владелец Калиенко Рената Фёдоровна

Действителен с 03.11.2023 по 02.11.2024