УТВЕРЖДАЮ СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Меню

Е.О. Розенбах Р.Ф. Калиенко «Комбинат икольного

Рацион: 1-4\_В.Салда\_ЗАВТРАК

ШКОЛА №2 питания № 08

|                 |  | - Contract of the Contract of | ПОПЕДЕЛЫ     | INTERIOR | ОЭДЕ              | каоря 20241.                              | -13 декаоря | 20241.         |
|-----------------|--|---|--------------|----------|-------------------|---|-------------|----------------|
| Прием пищи      | Наименование блюда                     | Выход<br>блюда  | Б            | ж дан    | 6231<br>6965 3380 | Унерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С   | №<br>рецептуры |
| Завтрак         |  |   |              |          |                   | [ [KKEJ]]                                 |             |                |
|                 | 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  |             |                |
| Итого за Завтра | К                                      |   | 22,55        | 21,43    | 92,92             | 622,05                                    |             |                |
|                 |  | Итого   | за день 79,1 | В рублей |                   | ,   |             |                |

# Рацион: 1-4\_В.Салда\_ЗАВТРАК

#### вторник

| Прием пищи      | Наименование блюда          | Выход | Пиш   | евые вещест | за (г) | Энерге-<br>тическая | -           | Nº        |
|-----------------|-----------------------------|-------|-------|-------------|--------|---------------------|-------------|-----------|
|                 | паименование олюда          | блюда | Б     | ж           | У      | ценность<br>(ккал)  | I Витамин С | рецептуры |
| Завтрак         |                             |       |       |             |        | (Mazi)              |             |           |
|                 | 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   | 285,46<br>227,49    |             | 309       |
| and the second  | Соус красный основной       | 20    | 0,19  | 1,04        | 1,48   | 16,9                | 0,9         | 326       |
|                 | Кисель "Витошка"_           | 200   |       |             | 24     | 95                  |             | 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 Завтра | К                           |       | 19,59 | 27,31       | 91,16  | 740,85              | 20          |           |

# Рацион: 1-4\_В.Салда\_ЗАВТРАК

# СРЕДА

| Прием пищи       | Наименование блюда                    | Выход   | Пиш           | евые вещест | ва (г) | Энерге-<br>тическая | D         | Nº        |
|------------------|---------------------------------------|---------|---------------|-------------|--------|---------------------|-----------|-----------|
| reduction of the | намиснование олюда                    | блюда   | Б             | ж           | У      | ценность<br>(ккал)  | Витамин С | рецептуры |
| Завтрак          |                                       |         |               |             |        | 111101217           | -         |           |
|                  | Каша вязкая молочная пшеничная 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 Завтра  | ak .                                  |         | 22,27         | 24,22       | 108,75 | 612,77              |           |           |
|                  |                                       | Итого з | ва день 79,18 | 3 рублей    |        | 17                  |           |           |

# Рацион: 1-4\_В.Салда\_ЗАВТРАК

# ЧЕТВЕРГ

| Наименование блюта                  | Выход   | Пиш  | евые вещест  | ва (г)   | Энерге-<br>тическая   | D 0  | Nº  |
|-------------------------------------|---|--|--|--|---|--|---|
| таймспование олюда                  | блюда   | Б  | ж  | У  | ценность<br>(ккал)  | Витамин С  0,92 18,2 3 0,03 0,05   | рецептуры   |
| (P)                                 |   |  |  |  |   |  |   |
| Тефтели 2-й вариант /свин/_         | 60/30   | 6,96   | 16,1   | 11,6   | 223   | 0,92   | 279   |
| Пюре картофельное_<br>Огурцы свежие | 150   | 3,14   | 5,1  | 48,75  | 227,52  |  | 312   |
|                                     | 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  |  |   |
| Хлеб ржаной                         | 30  | 1,43   | 0,9  | 14,94  | 66  |  |   |
| К                                   |   | 14,51  | 22,94  | 106,25   | 656,92  | 3  |   |
|                                     | Пюре картофельное_ Огурцы свежие Чай с сахаром Хлеб пшеничный | Тефтели 2-й вариант /свин/ 60/30 Пюре картофельное 150 Огурцы свежие 60 Чай с сахаром 200 Хлеб пшеничный 30 Хлеб ржаной 30 | Наименование блюда Быход блюда Б  Тефтели 2-й вариант /свин/ 60/30 6,96 Пюре картофельное 150 3,14 Огурцы свежие 60 0,48 Чай с сахаром 200 0,1 Хлеб пшеничный 30 2,4 Хлеб ржаной 30 1,43 | Наименование блюда блюда Б Ж  Тефтели 2-й вариант /свин/ 60/30 6,96 16,1 Пюре картофельное 150 3,14 5,1 Огурцы свежие 60 0,48 0,06 Чай с сахаром 200 0,1 0,06 Хлеб пшеничный 30 2,4 0,72 Хлеб ржаной 30 1,43 0,9 | Тефтели 2-й вариант /свин/_ 60/30 6,96 16,1 11,6 Пюре картофельное 150 3,14 5,1 48,75 Огурцы свежие 60 0,48 0,06 1,56 Чай с сахаром 200 0,1 0,06 15 Хлеб пшеничный 30 2,4 0,72 14,4 Хлеб ржаной 30 1,43 0,9 14,94 | Наименование блюда  Выход блюда  Б Ж У   Тическая ценность (ккал)  Тефтели 2-й вариант /свин/ 60/30 6,96 16,1 11,6 223  Пюре картофельное 150 3,14 5,1 48,75 227,52  Огурцы свежие 60 0,48 0,06 1,56 8,4  Чай с сахаром 200 0,1 0,06 15 60  Хлеб пшеничный 30 2,4 0,72 14,4 72  Хлеб ржаной 30 1,43 0,9 14,94 66 | Наименование блюда Выход блюда Б Ж У Тическая ценность (ккал)  Тефтели 2-й вариант /свин/ 60/30 6,96 16,1 11,6 223 0,92 Пюре картофельное 150 3,14 5,1 48,75 227,52 18,2 Огурцы свежие 60 0,48 0,06 1,56 8,4 3 Чай с сахаром 200 0,1 0,06 15 60 0,03 Хлеб пшеничный 30 2,4 0,72 14,4 72 0,05 Хлеб ржаной 30 1,43 0,9 14,94 66 |

# Рацион: 1-4\_В.Салда\_ЗАВТРАК

# ПЯТНИЦА

| Прием пищи      | Наименование блюда                      | Выход   | Пищ           | щевые вещества (г) Энерге-<br>тическая Витами |        | Витамин С | Nº   |           |
|-----------------|---|---------|---------------|---|--------|-----------|------|-----------|
|                 |   | блюда - | Б             | Ж   | У      | ценность  |      | рецептурь |
| Завтрак         |   |         |               |   |        |           |      |           |
|                 | Котлеты, биточки, шницели<br>(свинина)  | 90      | 12,24         | 22,86   | 23,67  | 320,4     |      | 268       |
|                 | Каша гречневая рассыпчатая с<br>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        |      |           |
| 1того за Завтра | К                                       |         | 25,29         | 31,37   | 119,82 | 858,38    | 1    |           |
|                 |   | Итого : | за день 79,18 | в рублей                                      |        |           |      |           |

Зав. производством

Е.О. Розенбах «КВ.Ф. Калирнко «ИКОЛЬНОГО ПИТЭНИЯ № 1

# Меню

# Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

ШКОЛА №2 понедельник

6231 09 декабря 2024г. -13 декабря 2024г

|                | · /// * "                              | WHO THE STATE OF | Пищ           | евые вещест | Ba (r) | У Тическая ценность (ккал)  52,9 172,8 12,6 63 4,59 323,24 62,9 385,19 15 60 60 9,6 48 |           |                |
|----------------|--|------------------|---------------|-------------|--------|--|-----------|----------------|
| Прием пищи     | Наименование блюда                     | Выход<br>блюда   | Б             | ж           | У      | ценность   | Витамин С | №<br>рецептуры |
| 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   |           |                |
| Итого за Обед. |  |                  | 33,18         | 48,23       | 167,55 | 1096,23  | 2         |                |
|                |  | Итого за д       | ень 79,18 руб | <b>блей</b> |        |  |           |                |

# Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

# вторник

| Прием пищи            | Наименование блюда   | Выход  | Пищ   | евые вещест | ва (г) | Энерге-<br>тическая | Витамин С   | Nº        |
|-----------------------|--|--------|-------|-------------|--------|---------------------|-------------|-----------|
|                       |  | блюда  | Б     | ж           | У      | ценность<br>(ккал)  | Diriumini 0 | рецептурь |
| Обед.                 |  |        |       |             |        |                     |             |           |
|                       | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне_                   | 200/10 | 1,4   | 3,94        | 15,59  | 103,22              | 8,63        | 82,02     |
|                       | бульоне_<br>Зразы рубленые (свин.)_<br>Макаронные изделия отварные | 90     | 10,55 | 20,45       | 14,92  | 285,46              | 1,19        | 274       |
|                       |  |        | 150   | 5,49        | 4,5    | 26,4                | 227,49      |           |
|                       | 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> |  |        | 21,37 | 30,55       | 116,37 | 875,17              | 3           |           |

# Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

#### СРЕДА

|                |   | Выход       | Пищ          | евые вещест | ва (г) | Энерге-              |           | Nº        |
|----------------|---|-------------|--------------|-------------|--------|----------------------|-----------|-----------|
| Прием пищи     | Наименование блюда                                    | блюда       | Б            | ж           | У      | тическая<br>ценность | Витамин С | рецептуры |
| Обед.          |   |             |              |             |        |                      | 50        |           |
|                | 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                   |           |           |
| Итого за Обед. |   |             | 20,06        | 26,6        | 135,2  | 809,98               |           |           |
|                |   | Итого за де | нь 79,18 руб | лей         | •      | -                    |           |           |

# Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

# ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи     | Наименование блюда                              | Выход  | Пищевые вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическая | Витамин С | Nº        |
|----------------|---|--------|----------------------|-------|-------|---------------------|-----------|-----------|
|                |   | блюда  | Б                    | ж     | У     | ценность<br>(ккал)  |           | рецептуры |
| Обед.          |   |        |                      |       |       |                     |           |           |
|                | Рассольник ленинградский на курином<br>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                  |           |           |
| Итого за Обед. |   |        | 33,11                | 29,17 | 152,6 | 958                 |           |           |

# Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

# ПЯТНИЦА

| _              |  | Выход       | Пищ           | евые вещест  | ва (г) | Энерге-              |           | Nº        |
|----------------|--|-------------|---------------|--------------|--------|----------------------|-----------|-----------|
| Прием пищи     | Наименование блюда                     | блюда       | Б             | ж            | У      | тическая<br>ценность | Витамин С | рецептуры |
| 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                   |           |           |
| Итого за Обед. |  |             | 57,39         | 48,01        | 123,64 | 1118,96              |           |           |
|                |  | Итого за де | ень 79,18 руб | <b>б</b> лей |        |                      |           |           |

Зав. производством



E.O. Posenfax
P.Φ. Kanilekko

Michio Unio Dibio Di

Michio Unio Dibio Di

Michio Ne2

INCOTA NEX

INCO

|                 | 110                                       | 911            | TIVE FINIT   | евые вещест | Ba'(r) / | Энерге-                        | 13 декабря |                |
|-----------------|---|----------------|--------------|-------------|----------|--------------------------------|------------|----------------|
| Прием пищи      | Наименование блюда                        | Выход<br>блюда | 200          | 56.23 ± 1.5 | V. J.    | тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С  | №<br>рецептуры |
| Завтрак         |   |                | 1            | ODERROOM    | 150 /    | T. (KKEII)                     |            |                |
|                 | Каша вязкая молочная из пщена<br>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          | 0.98        | 19,2     | 96                             | 0.06       | 3/8            |
|                 | Хлеб ржаной                               | 30             | 1,43         | 0,9         | 14,94    | 66                             | 0,00       |                |
| Итого за Завтра | ık  |                | 22,55        | 21,43       | 92,92    | 622,05                         |            |                |
| Обед.           |   |                |              |             | UL,UL    | 022,00                         |            |                |
|                 | 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                             | 1,70       | 371            |
|                 | Гуляш свинина                             | 50/50          | 12,09        | 29,81       | 4.59     | 323,24                         | 2          | 260            |
|                 | Каша гречневая рассыпчатая (2<br>вариант) | 150            | 11,63        | 9,68        | 62,9     | 385,19                         |            | 171            |
|                 | Соки фруктовые и ягодные                  | 200            | 1            | 0,2         | 24,4     | 101,6                          | 20         | 389            |
|                 | Хлеб пшеничный                            | 20             | 1,6          | 0,48        | 9,6      | 48                             | 0,03       | 208            |
|                 | Хлеб ржаной                               | 20             | 0,96         | 0,6         | 9,96     | 44                             | 9,00       |                |
| Итого за Обед.  |   |                | 34,08        | 48,37       | 176,95   | 1137,83                        | 2          | -              |
|                 |   | Итого          | за день 189, | 44 рублей   |          |                                |            |                |

| Ма<br>Со<br>Кис        | Наименование блюда  разы рубленые (свин.)  акаронные изделия отварные  рус красный основной  сель "Витошка" | Выход<br>блюда<br>90<br>150 | 10,55<br>5,49 | Ж<br>20,45<br>4,5 | У<br>14,92 | тическая<br>ценность<br>(учэл). | Витамин C<br>1,19 | №<br>рецептуры |
|------------------------|---|-----------------------------|---------------|-------------------|------------|---------------------------------|-------------------|----------------|
| Зрі<br>Ма<br>Со<br>Кис | акаронные изделия отварные<br>рус красный основной<br>сель "Витошка"  | 150                         | 5,49          |                   |            |                                 | 1.10              |                |
| Ма<br>Со<br>Кис        | акаронные изделия отварные<br>рус красный основной<br>сель "Витошка"  | 150                         | 5,49          |                   |            | 285,46                          | 1.10              |                |
| Со<br>Кис              | рус красный основной<br>сель "Витошка"  |                             |               |                   |            |                                 |                   | 274            |
| Кис                    | сель "Витошка"  | 20                          |               |                   | 26,4       | 227,49                          | 1,10              | 309            |
|                        |   |                             | 0.19          | 1,04              | 1,48       | 16,9                            | 0,9               | 326            |
| Хл                     |   | 200                         |               |                   | 24         | 95                              | 20                | 352            |
|                        | еб пшеничный  | 30                          | 2.4           | 0.72              | 14,4       | 72                              | 0,05              | 332            |
| Хл                     | еб ржаной   | 20                          | 0,96          | 0,6               | 9,96       | 44                              | 0,00              |                |
| Итого за Завтрак       |   |                             | 19,59         | 27,31             | 91,16      | 740,85                          | 20                |                |
| Обед.                  |   |                             |               | ,                 | 01,10      | 140,00                          | 20                |                |
|                        | рщ с капустой и картофелем<br>курином бульоне   | 250/10                      | 1,73          | 4,88              | 19,3       | 127,8                           | 10,68             | 82,02          |
|                        | у по-татарски (свинина)   | 240                         | 15,85         | 8,58              | 4,46       | 161,86                          | 1                 | 637            |
|                        | й с сахаром   | 200                         | 0,1           | 0.06              | 15         | 60                              | 0,03              | 376            |
| Хля                    | еб пшеничный  | 30                          | 2,4           | 0,72              | 14,4       | 72                              | 0,05              | 3/0            |
|                        | еб ржаной   | 20                          | 0.96          | 0,6               | 9,98       | 44                              | 0,05              |                |
| Итого за Обед.         |   |                             | 21,04         | 14,84             | 63,12      | 465,66                          | 1                 |                |

# СРЕДА

|                          |  |                | Пиц          | евые вещест | ва (г) | Энерге-                        |           |                |
|--------------------------|--|----------------|--------------|-------------|--------|--------------------------------|-----------|----------------|
| Прием пищи               | Наименование блюда                                   | Выход<br>блюда | Б            | ж           | У      | тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
| Завтрак                  |  |                |              |             |        | (KKEST)                        |           |                |
|                          | Каша вязкая молочная<br>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      | 370            |
|                          | Хлеб ржаной  | 20             | 0,96         | 0,6         | 9,96   | 44                             | 0,00      |                |
|                          | Фрукт свежий   | 1              | 0,8          | 0,8         | 19,6   | 94                             |           |                |
| Итого за Завтра<br>Обед. | ак   |                | 22,27        | 24,22       | 108,75 | 612,77                         |           |                |
|                          | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне | 200/10         | 6,14         | 3,98        | 17,37  | 111,46                         | 127,62    | 88,02          |
|                          | Каша Царская с курой_                                | 200            | 60,4         | 37.74       | 20,14  | 662,66                         | 5         |                |
|                          | Компот из изюма_                                     | 200            | 0,46         | 0,1         | 33,12  | 132                            |           | 348            |
|                          | Хлеб пшеничный                                       | 50             | 4            | 1,2         | 24     | 120                            | 0,08      | 348            |
|                          | Хлеб ржаной  | 40             | 1,91         | 1.2         | 19.92  | 88                             | 0,08      |                |
| Итого за Обед.           |  |                | 72,91        | 44,22       | 114,55 | 1114,12                        | 5         | -              |
|                          |  | Итого :        | за день 189, |             | ,00    |                                |           |                |

|                 |                             |                | Пиц          | евые вещест | Ba (r) | Энерге-                        |           |                |
|-----------------|-----------------------------|----------------|--------------|-------------|--------|--------------------------------|-----------|----------------|
| Прием пищи      | Наименование блюда          | Выход<br>блюда | Б            | ж           | У      | тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
| Завтрак         |                             |                |              |             |        |                                |           |                |
|                 | 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            |
|                 | Огурцы свежие               | 60             | 0,48         | 0.06        | 1,58   | 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      | 370            |
|                 | Хлеб ржаной                 | 30             | 1.43         | 0,9         | 14,94  | 66                             | 0,00      |                |
| Итого за Завтра | эк                          |                | 14,51        | 22,94       | 106,25 | 656,92                         | 3         |                |
| Обед.           |                             |                |              |             | 100,20 | 000,02                         |           |                |
|                 | Рассольник ленинградский на | 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      | 300,00         |
|                 | Хлеб ржаной                 | 40             | 1,91         | 1,2         | 19,92  | 88                             | 0,08      |                |
| Итого за Обед.  | того за Обед.               |                | 33,11        | 29,17       | 152,6  | 958                            |           |                |
|                 |                             | Итого          | за день 189. |             | 102,0  | 830                            |           |                |

|                 |  |                | Пиц          | евые вещест | ва (г) | Энерге-                        |           |                |
|-----------------|--|----------------|--------------|-------------|--------|--------------------------------|-----------|----------------|
| Прием пищи      | Наименование блюда                     | Выход<br>блюда | Б            | ж           | У      | тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
| Завтрак         |  |                |              |             |        | (KRUJI)                        |           |                |
|                 | Котлеты, биточки, шницели<br>(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      | 040            |
| 18100           | Хлеб ржаной                            | 30             | 1,43         | 0.9         | 14,94  | 66                             | 0,00      |                |
| Итого за Завтра | ak .                                   |                | 25,29        | 31,37       | 119,82 | 858,38                         | 1         |                |
| Обед.           |  |                |              |             |        | 555,55                         |           |                |
|                 | Суп из овощей на курином<br>бульоне_   | 200/10         | 1,22         | 3,84        | 7,04   | 73,27                          | 7,98      | 89,02          |
|                 | 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                         | <u> </u>  | 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      | 370            |
|                 | Хлеб ржаной                            | 30             | 1,43         | 0,9         | 14,94  | 66                             | 0,00      |                |
| Итого за Обед.  |  |                | 51,25        | 42,83       | 87,14  | 961,26                         |           |                |
|                 |  | Итого :        | за день 189, |             |        | 551,20                         |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_

Меню В ОКОЛ ШКОЛА №2 УКОЛЬНОГО.

|                           | 1055   |                    | понеделы      |               |               | екабря 2024г.                             | -13 декабря | 2024г.         |
|---------------------------|--|--------------------|---------------|---------------|---------------|---|-------------|----------------|
| Прием пищи                | Наименование блюда   | Выход<br>блюда     | FINIL<br>E    | об ж          | 124 *V        | энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С   | №<br>рецептурі |
| Обед.                     | The state of the s | manufacture of the | 4             | 05k02         | 2059          |   |             |                |
|                           | Суп картофельный с бобовыми  | 200                | 4,4           | 7,2           | 52,9          | 172,8                                     | 1,76        | 102            |
| 4.3                       | Гренки_  | 20                 | 2,4           | 0,4           | 12,6          | 63  |             | 371            |
|                           | Гуляш свинина  | 50/50              | 12,09         | 29,81         | 4,59          | 323,24                                    | 2           | 260            |
| w.                        | 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        | 0,0            |
|                           | Хлеб ржаной  | 20                 | 0,96          | 0,6           | 9.96          | 44  |             |                |
| Итого за Обед.<br>Полдник |  |                    | 33,18         | 48,23         | 167,55        | 1096,23                                   | 2           |                |
| Полдник                   | Хачапури с сыром   | 100                | 15,1          | 27.02         | 20.4          | 100.1                                     | 201         |                |
| 14.8                      | Кофейный напиток с молоком   | 200                | 3,17          | 27,92<br>2,68 | 29,4<br>15,96 | 432,1<br>101                              | 0,34<br>1.3 | 379            |
| Итого за Полдни           | 1K   |                    | 18,27         | 30,6          | 45,36         | 533,1                                     | 1,0         | 3/9            |
| # No.                     |  | Итого за           | день 189,44 р | ублей         |               |   |             |                |

### Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_

#### вторник

| Прием пиц    | ци Наименование блюда                               | Выход      | Пиц          | цевые вещест | ва (г) | энерге-<br>тическая | Витамин С  | №<br>рецептуры |
|--------------|---|------------|--------------|--------------|--------|---------------------|------------|----------------|
| 050-         |   | блюда      | Б            | ж            | У      | ценность            | Birtainini |                |
| Обед.        |   |            |              |              |        |                     |            |                |
|              | Борщ с капустой и картофелем на<br>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       | COL            |
|              | Хлеб ржаной   | 40         | 1,91         | 1.2          | 19,92  | 88                  | 0,00       |                |
| Итого за Обе | рд.   |            | 22,65        | 31,09        | 126,15 | 921,17              | 3          |                |
| Полдник      |   |            |              | - 1,00       | 120,10 | 021,17              |            |                |
|              | Кекс_ "Столичный"                                   | 100        | 5,89         | 19,23        | 57.79  | 388.76              |            | 82             |
|              | Чай с молоком_                                      | 200        | 1.4          | 1,6          | 17,7   | 91                  | 1.33       | 378            |
| Итого за Пол | дник  |            | 7,29         | 20.83        | 75,49  | 479.76              | 1,33       | 070            |
|              |   | Итого за д | ень 189,44 р | ублей        |        | 1.01.0              | 1,00       |                |

#### Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_

#### СРЕДА

| Прием пищи     | Наименование блюда                                       | Выход      | Пиц          | евые вещест | за (г) | Энерге-<br>тическая | Витамин С | №<br>рецептуры |
|----------------|--|------------|--------------|-------------|--------|---------------------|-----------|----------------|
|                |  | блюда      | Б            | ж           | У      | ценность<br>(ккал)  |           |                |
| Обед.          |  |            |              |             |        |                     |           |                |
|                | Щи из свежей капусты с картофелем на<br>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      | 0.10           |
| The city and   | Хлеб ржаной  | 20         | 0,96         | 0.6         | 9,96   | 44                  |           |                |
| Итого за Обед. |  |            | 20,06        | 26.6        | 135.2  | 809.98              |           |                |
| Полдник        |  |            |              |             | 100,2  | 000,00              |           |                |
|                | 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            |
| Итого за Полдн | ик   |            | 10,9         | 16,46       | 52.74  | 400.6               | 20,2      | 000            |
|                |  | Итого за л | ень 189,44 р | ублей       |        |                     |           |                |

#### Рацион: 1-4 ДОВЗ В.Салда 2см

# ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи     | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Пиц          | евые вещест | ва (г) | Энерге-<br>тическая |           | Nº        |
|----------------|---|----------------|--------------|-------------|--------|---------------------|-----------|-----------|
| Обед.          | памионование олюда                              |                | Б            | ж           | У      | ценность<br>(ккал)  | Витамин С | рецептуры |
| Обед.          | 5   |                |              |             |        |                     |           |           |
|                | Рассольник ленинградский на курином<br>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      | 000,00    |
|                | Хлеб ржаной                                     | 40             | 1,91         | 1,2         | 19,92  | 88                  | 0,00      |           |
| Итого за Обед. |   |                | 33,11        | 29,17       | 152,6  | 958                 | -         |           |
| Полдник        |   |                |              |             | 102,0  | 1 000               |           |           |
|                | Пицца с сыром Школьная                          | 100            | 12,16        | 13,16       | 38,49  | 322,79              | 0.49      | 412       |
| 9.5            | Молоко кипяченое                                | 200            | 5.6          | 6.4         | 9.4    | 116                 | 2,74      | 385       |
| Итого за Полдн | ик  |                | 17,76        | 19,56       | 47,89  | 438.79              | 3,23      | 300       |
| P              |   | Итого за д     | ень 189,44 р | vблей       |        |                     | -         |           |

# ПЯТНИЦА

| Приел    | і пищи Наименование блюда                        | Выход     | Пиш   | цевые вещест | ва (г) | Энерге-<br>тическая                     | Витамин С | Nº        |
|----------|--|-----------|-------|--------------|--------|---|-----------|-----------|
|          |  | блюда     | Б     | ж            | У      | ценность<br>(ккал)                      | Битамин С | рецептуры |
| 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       |
| er sy e  | Каша гречневая рассыпчатая (2 вар                | иант) 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                                      |           |           |
| Итого за | Обед.  |           | 57,39 | 48,01        | 123,64 | 1118,96                                 |           |           |
| Полдни   |  |           |       |              | 120,01 | 1110,00                                 |           |           |
|          | Запеканка 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       |
| Итого за | Полдник  |           | 47,36 | 58,78        | 63,56  | 533                                     | 2,09      |           |



УТВЕРЖДАЮ СОГЛАСОВАНО Директор шко

Меню «Комбинат ШКОЛА №2 — ИКОЛЬНО 69 ж

|                 | 115 00 5                              | -                  | ПОНЕДЕЛЬН     | JUK         | 09 де       | кабря 2024г.                    | <ul><li>-13 декабря :</li></ul> | 2024г.         |
|-----------------|---------------------------------------|--------------------|---------------|-------------|-------------|---------------------------------|---------------------------------|----------------|
| Прием пищи      | Наименование блюда                    | ОЛО Выход<br>блюда | 35 2/1/*      | евые вещест | ¥(f) Nº ],, | Энерге-<br>тическая<br>ценность | Витамин С                       | №<br>рецептурь |
| Обед.           | 1/2020                                | 164                | S- 1/1        | 13, 662     | 102         | (ккал)                          |                                 |                |
|                 | Суп картофельный с бобовыми           | 200                | 4,4           | 7,2500      | 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 | r)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                              |                                 |                |
| 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                          | 11                 | 0,8           | 0,8         | 19,6        | 94                              |                                 |                |
| Итого за Полдни | 1K                                    |                    | 8,35          | 14,76       | 57,42       | 402,55                          | 20,17                           |                |
|                 |                                       | Итого за           | день 204,50 р | убля        |             |                                 |                                 |                |

# Рацион: 1-4\_ГПД\_В.Салда\_№2

# вторник

| Прием пищи     | Наименование блюда  | Выход       | Пищ         | евые вещест | aa (r) | энерге-<br>тическая | Витамин С | №<br>рецептуры |
|----------------|---|-------------|-------------|-------------|--------|---------------------|-----------|----------------|
| 7 772          |   | блюда       | Б           | ж           | У      | (ккап)              |           |                |
| Обед.          |   |             |             |             |        | , ikkaiii           |           |                |
|                | Борщ с капустой и картофелем на курином<br>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            |
|                | Бульоне_ Зразы рубленые (свин.)_ Макаронные изделия отварные Чай с сажаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Сок 0,2 | 30          | 2,4         | 0,72        | 14,4   | 72                  | 0,05      | 0.0            |
|                | Хлеб ржаной   | 30          | 1,43        | 0,9         | 14.94  | 66                  | - 0,00    |                |
| 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      |                |
| The state of   | Фрукт свежий  | 1           | 0,8         | 0.8         | 19,6   | 94                  |           |                |
| Итого за Полдн | того за Полдник   |             | 8,35        | 14,76       | 57,42  | 402,55              | 20,17     |                |
|                |   | Итого за ле | нь 204,50 р | убпа        |        |                     |           |                |

### Рацион: 1-4\_ГПД\_В.Салда\_№2

#### СРЕДА

| Прием пищи     | Наименование блюда                                       | Выход       | Пищ         | евые вещест | за (г) | Энерге-<br>тическая | Витамин С | Nº        |
|----------------|--|-------------|-------------|-------------|--------|---------------------|-----------|-----------|
|                |  | блюда       | Б           | ж           | У      | ценность<br>(ккал)  | Битамин С | рецептуры |
| Обед.          |  |             |             |             |        |                     |           |           |
|                | Щи из свежей капусты с картофелем на<br>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                  |           |           |
| Итого за Обед. |  |             | 20,06       | 26,6        | 135.2  | 809.98              |           |           |
| Полдник        |  |             |             |             | ,-     | 000,00              |           |           |
|                | 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                  | 0,11      |           |
| Итого за Полдн | ик   |             | 8,35        | 14.76       | 57,42  | 402,55              | 20,17     |           |
|                |  | Итого за де | нь 204,50 р | убля        |        | ,                   |           |           |

# ЧЕТВЕРГ

| Рацион: | 1-4_ | ГПД | В.Салда | Nº2 |
|---------|------|-----|---------|-----|
|         |      |     |         |     |

| Прием пищи     | Наименование блюда                              | Выход  | Пищ   | евые веществ | за (г) | Энерге-<br>тическая |   | Nº        |
|----------------|---|--------|-------|--------------|--------|---------------------|---|-----------|
|                | наимолование олюда                              | блюда  | Б     | ж            | У      | ценность<br>(ккал)  | Витамин С  6,78  1,71  0,6  0,08  0,17  20,17 | рецептурь |
| Обед.          | (4)   |        |       |              |        |                     |   |           |
|                | Рассольник ленинградский на курином<br>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               |   | 388.06    |
|                | Хлеб пшеничный                                  | 50     | 4     | 1,2          | 24     | 120                 | 6,78<br>1,71<br>0,6<br>0,08                   | 000,00    |
|                | Хлеб ржаной                                     | 40     | 1,91  | 1,2          | 19.92  | 88                  | 6,78<br>1,71<br>0,6<br>0,08                   |           |
| 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 Полдн | ик  |        | 8,35  | 14,76        | 57,42  | 402.55              | 20.17   |           |

# ПЯТНИЦА

| Прием пищи    | Наименование блюда                     | Выход  | Пищ   | евые вещест | за (г) | Энерге-<br>тическая                     | Pierrania C               | NΩ       |
|---------------|--|--------|-------|-------------|--------|---|---------------------------|----------|
|               |  | блюда  | Б     | ж           | У      | ценность<br>(ккал)                      | 7,98<br>1<br>0,03<br>0,06 | рецептур |
| Обед.         |  |        |       |             |        | 1 (//////////////////////////////////// |                           |          |
|               | 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                                      | 7,98<br>1<br>0,03<br>0,06 |          |
|               | Хлеб ржаной                            | 30     | 1,43  | 0,9         | 14,94  | 66                                      |                           |          |
| Итого за Обед |  | 100    | 58,19 | 48.25       | 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      | 8,0   | 0,8         | 19,6   | 94                                      |                           |          |
| Итого за Полд | ник                                    |        | 8,35  | 14,76       | 57,42  | 402,55                                  | 20,17                     |          |

УТВЕРЖДАЮ СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

\_ Е.О. Розенбах

«Ком Рифі Жаливніко «Кольного На

«I ºN RNHETNIN

Меню

Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

ШКОЛА №2 опонедельник

09 декабря 2024г. -13 декабря 2024г

| Прием пищи      | Наименование блюда    | Выход | Пищ           | евые вещест  | Энерге-<br>тическая |                    | Nº                       |           |
|-----------------|-----------------------|-------|---------------|--------------|---------------------|--------------------|--------------------------|-----------|
| трисм пищи      | Паименование олюда    | блюда | Б             | Ж            | У                   | ценность<br>(ккал) | Витамин C  2,25  20 0,03 | рецептуры |
| Завтрак         |                       |       |               |              |                     |                    |                          |           |
|                 | Каша гречневая        | 150   | 9,16          | 6,83         | 37,81               | 291,98             | 2,25                     | 44        |
|                 | рассыпчатая с овощами |       |               |              |                     |                    |                          |           |
|                 | 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               |                          |           |
| Итого за Завтра | К                     |       | 11,96         | 8,89         | 92,33               | 531,58             | 1                        |           |
|                 |                       | Ит    | ого за день 7 | '9,18 рублей |                     | •                  |                          |           |

Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

вторник

| Прием пищи      | Наименование блюда            | Выход | Пищ         | евые вещест  | ва (г) | Энерге-<br>тическая |           | Nº        |
|-----------------|-------------------------------|-------|-------------|--------------|--------|---------------------|-----------|-----------|
| прием пищи      | Паименование олюда            | блюда | Б           | ж            | У      | ценность<br>(ккал)  | Витамин С | рецептуры |
| Завтрак         |                               |       |             |              |        |                     |           |           |
|                 | зу по-татарски (свинина)_ 260 |       | 17,17       | 9,29         | 4,84   | 175,35              | 1         | 637       |
| la:             | Чай с сахаром                 | 200   | 0,1         | 0,06         | 15     | 60                  | 0,03      | 376       |
|                 | Хлеб ржаной                   | 40    | 1,9         | 1,2          | 19,92  | 85,6                |           |           |
| Итого за Завтра | К                             |       | 19,17       | 10,55        | 39,76  | 320,95              | 1         |           |
|                 |                               | Ито   | ого за день | 79,18 рублей |        | 1                   |           |           |

Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

СРЕДА

| Прием пищи      | Наименование блюда | I INIMERBIE BEMECIBA (I) |               |             |       | Энерге-<br>тическая |           | Nº        |
|-----------------|--------------------|--------------------------|---------------|-------------|-------|---------------------|-----------|-----------|
| прием пищи      | паименование олюда | блюда                    | Б             | Ж           | У     | ценность<br>(ккал)  | Витамин С | рецептуры |
| 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                |           | 81 - 11   |
| Итого за Завтра | ıĸ                 |                          | 5,32          | 6,01        | 69,87 | 337,67              |           |           |
|                 |                    | Ито                      | ого за день 7 | 9,18 рублей |       |                     | •         |           |

Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи      | Наименование блюда | Выход | Пиш         | евые вещест  | ва (г) | Энерге-<br>тическая | i         | Nº        |
|-----------------|--------------------|-------|-------------|--------------|--------|---------------------|-----------|-----------|
| прием пищи      | паименование олюда | блюда | Б           | ж            | У      | ценность<br>(ккал)  | Витамин С | рецептуры |
| Завтрак         |                    |       |             |              |        |                     |           |           |
|                 | Плов (свин.)_      | 250   | 27,5        | 28,14        | 43,39  | 536,65              | 2,14      | 265       |
|                 | Кисель "Витошка"_  | 200   | 0,1         | 0,04         | 24     | 95                  | 2,14      | 352       |
| 11              | Хлеб ржаной        | 50    | 2,38        | 1,5          | 24,9   | 107                 |           |           |
| Итого за Завтра | ık                 |       | 29,98       | 29,68        | 92,29  | 738,65              | 20        |           |
|                 |                    | Ит    | ого за день | 79,18 рублей |        | •                   |           |           |

Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

ПЯТНИЦА

| Прием пищи      | Цашанна блага                         | Выход | Выход       |              |       | Энерге-<br>тическая | Витомин С               | Nº        |
|-----------------|---------------------------------------|-------|-------------|--------------|-------|---------------------|-------------------------|-----------|
| прием пищи      | Наименование блюда                    | блюда | Б           | ж            | У     | ценность<br>(ккал)  | Витамин C  6 0,03  0,03 | рецептуры |
| 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                |                         |           |
| Итого за Завтра | ĸ                                     |       | 80,52       | 50,32        | 61,1  | 1007,06             | 0,03                    |           |
|                 |                                       | Ит    | ого за день | 79,18 рублей |       |                     | •                       |           |

M

| 10 5 | 20 113 |           | SUL  | 1   |
|------|--------|-----------|------|-----|
| -    |        | IIICO     | F-3/ | NIC |
| - 1  | E .    | JKU       | ЛΑ   | No  |
| - /  | 2 mg 1 | 0 1614 4- | 97 / |     |

| 11              | Charles /                                 | 10 3   | ПОНЕДЕЛЬН  | INKAN OM         | И 09 де | кабря 2024г.                   | -14 декабря | 2024г.         |
|-----------------|---|--|------------|------------------|---------|--------------------------------|-------------|----------------|
| Прием пищи      | Наименование блюда                        | Выход<br>блюда   | 11 11 24 1 | евые вещест<br>Ж | 4//     | тическая<br>ценность<br>(ккап) | Витамин С   | №<br>рецептуры |
| Завтрак         | COOK COOK                                 | TO THE PERSON OF | 123        | 1                | 700 211 | IRRAIII                        |             |                |
|                 | Каша вязкая молочная из пшена с<br>маслом | 200/10   | 9,47       | 965 1592         | + 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        | 5/3            |
|                 | 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                             |             |                |
| Итого за Завтра | ıĸ  |  | 23.55      | 30.09            | 112 64  | 793 38                         |             |                |

# Рацион: 5-11\_В.Салда\_ЗАВТРАК\_

# Итого за день 93,23 рубля вторник

|                 |                             | D. was         | Пиш          | евые вещест | эа (г) | энерге-                        |                      |                |
|-----------------|-----------------------------|----------------|--------------|-------------|--------|--------------------------------|----------------------|----------------|
| Прием пищи      | Наименование блюда          | Выход<br>блюда | Б            | ж           | У      | тическая<br>ценность<br>(ккап) | 1,32<br>2,83<br>0,06 | №<br>рецептуры |
| Завтрак         |                             |                |              |             |        | INNOIL                         |                      |                |
|                 | 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                         | 1,02                 | 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                             |                      | 3//            |
| 100             | Хлеб ржаной                 | 30             | 1,43         | 0,9         | 14,94  | 66                             | 0,00                 |                |
| Итого за Завтра | К                           |                | 23,15        | 30,01       | 98,4   | 817,17                         |                      |                |
| Section 1       |                             | Итого          | за день 93,2 |             |        | 1 5.7,17                       |                      |                |

# Рацион: 5-11\_В.Салда\_ЗАВТРАК\_

#### СРЕДА

|                 |   | Выход  | Пищ          | евые вещест | ва (г) | энерге-                        |                           | 10000          |
|-----------------|---|--------|--------------|-------------|--------|--------------------------------|---------------------------|----------------|
| Прием пищи      | Наименование блюда                          | блюда  | Б            | ж           | y      | тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С<br>1,33<br>0,05 | №<br>рецептурь |
| Вавтрак         |   |        |              |             |        |                                |                           |                |
|                 | Каша вязкая молочная пшеничная<br>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                             |                           | 576            |
|                 | Хлеб ржаной                                 | 20     | 0,96         | 0,6         | 9,96   | 44                             | 0,00                      |                |
|                 | Фрукт свежий                                | 1      | 0,8          | 0,8         | 19,6   | 94                             |                           |                |
| ⁄того за Завтра | К   |        | 29,91        | 32,36       | 148,16 | 843,16                         |                           |                |
| ,               |   | Итого  | за день 93,2 |             | 140,10 | 043,10                         |                           |                |

# Рацион: 5-11\_В.Салда\_ЗАВТРАК\_

#### ЧЕТВЕРГ

|                 | No. of the second           | Выход | Пищ          | евые вещест | ва (г) | энерге-              |           | 220            |
|-----------------|-----------------------------|-------|--------------|-------------|--------|----------------------|-----------|----------------|
| Прием пищи      | Наименование блюда          | блюда | Б            | ж           | У      | тическая<br>ценность | Витамин С | №<br>рецептуры |
| 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               |           | 312            |
|                 | Чай с сахаром               | 200   | 0,1          | 0,06        | 15     | 60                   |           | 376            |
|                 | Булочка с маком_            | 50    | 3,66         | 3,26        | 28,2   | 156,16               | 0,00      | 424            |
|                 | Хлеб пшеничный              | 30    | 2,4          | 0.72        | 14,4   | 72                   | 0.05      | 72.7           |
|                 | Хлеб ржаной                 | 30    | 1,43         | 0.9         | 14,94  | 66                   | 0,00      |                |
| ⁄того за Завтра | К                           |       | 19,48        | 29,84       | 144.57 | 887,35               |           |                |
|                 |                             | Итого | за день 93,2 | 3 рубля     |        |                      |           |                |

#### Рацион: 5-11\_В.Салда\_ЗАВТРАК\_

# пятница

| Прием пищи             | Наименование блюда                      | Выход | Пиш                  | евые вещест | ва (г) | Энерге-<br>тическая                     | Витамин С | №<br>рецептуры |
|------------------------|---|-------|----------------------|-------------|--------|---|-----------|----------------|
|                        |   | блюда | Б                    | ж           | У      | ценность<br>(ккал)                      |           |                |
| Завтрак                |   |       |                      |             |        | (11111111111111111111111111111111111111 |           |                |
|                        | Котлеты, биточки, шницели<br>(свинина)_ | 100   | 13,6                 | 25,4        | 26,3   | 356                                     | Ψ.        | 268            |
|                        | Каша гречневая рассыпчатая с<br>овощами | 180   | 10,99                | 8,2         | 45,37  | 350,38                                  | 2,7       | 44             |
|                        | Компот 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                                  | 1,10      | 406            |
|                        | Хлеб пшеничный                          | 25    | 2                    | 0,6         | 12     | 60                                      | 0,04      | 100            |
|                        | Хлеб ржаной                             | 25    | 1,19                 | 0.75        | 12,45  | 55                                      | 0,01      |                |
| <b>Итого за Завтра</b> | К                                       |       | 30,64                | 36.09       | 148,72 | 1044,72                                 | 1         |                |
|                        |   | Итого | за день <b>93</b> ,2 |             | 148,72 | 1044,72                                 | 11        |                |

# Рацион: 5-11\_В.Салда\_ЗАВТРАК\_

# СУББОТА

| Прием пищи      | Наименование блюда               | Выход<br>блюда | Пищ                   | евые вещест | за (г) | Энерге-<br>тическая<br>ценность | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------|----------------------------------|----------------|-----------------------|-------------|--------|---------------------------------|-----------|----------------|
|                 |                                  |                | Б                     | Ж           | У      | (ккал)                          |           |                |
| Завтрак         |                                  |                |                       |             |        | -                               |           |                |
|                 | Каша вязкая молочная (из пшена и | 250/10         | 6                     | 6,96        | 31.74  | 281,39                          |           | 175            |
|                 | риса) "Дружба" с маслом          |                |                       | 0.4,000     |        |                                 |           | 1,0            |
|                 | 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      | 0,0            |
|                 | Хлеб ржаной                      | 30             | 1,43                  | 0,9         | 14.94  | 66                              | 0,00      |                |
| Итого за Завтра | К                                |                | 20,92                 | 19,24       | 77,04  |                                 |           |                |
| итого за Завтра | К                                | Итого          | 20,92<br>за день 93,2 |             | 77,04  | 623,47                          |           |                |

Зав. производством

УТВЕРЖДАЮ СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах

Меню

**Школа №** 2

«Комбинат Меню школьного школьного понедельник

Рацион: 5-11\_обед\_

| 6 09    | декабря 2024г1 | 3 декабря 2024г. |
|---------|----------------|------------------|
| 1 . 211 | Juonto         |                  |

| Прием пищи  | Наименование блюда                     | Выход   | DIND        | цевые вещест      | /      | Энерге-            | Витамин С | No  |
|---|--|---------|-------------|-------------------|--------|--------------------|-----------|-----|
|   | TIGHINGTOBARNE OTIONA                  | блюда   | Б           | 716 <b>%</b> 6580 | 860 y  | ценность<br>(ккал) |           |     |
| 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      | 070 |
|   | Хлеб ржаной                            | 20      | 0,96        | 0,6               | 9,96   | 44                 | 5,00      |     |
| 1того за Обе,   | Д.                                     |         | 37,41       | 52,21             | 198,16 | 1240,47            | 2         |     |
| Maria de la companya della companya |  | Итого з | а день 93,2 | 3 рубля           |        |                    |           |     |

# Рацион: 5-11\_обед\_

#### вторник

|         | Прием пищи   | Наименование блюда                                  | Выход   | Пиц          | евые вещест | ва (г) | Энерге-<br>тическая |           | Nº        |
|---------|--------------|---|---------|--------------|-------------|--------|---------------------|-----------|-----------|
|         |              | талмопование олюда                                  | блюда   | Б            | ж           | У      | ценность<br>(ккал)  | Витамин С | рецептуры |
|         | Обед.        |   |         |              |             |        |                     |           |           |
| APPRAIS |              | Борщ с капустой и картофелем на курином<br>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              | 1,02      | 309       |
|         |              | Кисель_   | 200     | 0,1          | 0.04        | 30,12  | 121                 | 3         | 352       |
|         |              | Хлеб пшеничный                                      | 30      | 2,4          | 0.72        | 14,4   | 72                  | 0.05      | 002       |
|         |              | Хлеб ржаной   | 30      | 1,43         | 0,9         | 14,94  | 66                  | 0,00      |           |
|         | Итого за Обе | Д.  |         | 23,97        | 34,66       | 127,02 | 976.97              | 3         |           |
| 12      |              |   | Итого з | а день 93,23 |             |        | 0.0,01              |           |           |

# Рацион: 5-11\_обед\_

# СРЕДА

| Прием пищи            | Наименование блюда                                       | Выход   | Пиш          | евые вещест | за (г) | Энерге-<br>тическая | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------|--|---------|--------------|-------------|--------|---------------------|-----------|----------------|
|                       |  | блюда   | Б            | ж           | У      | ценность<br>(ккал)  |           |                |
| Обед.                 |  |         |              |             |        | (MCDI)              |           |                |
|                       | Щи из свежей капусты с картофелем на<br>курином бульоне_ | 250/10  | 7,6          | 4,93        | 21,51  | 138                 | 158,01    | 88,02          |
| - 33                  | Тефтели 2-й вариант /свин/_                              | 70/35   | 8.12         | 18,78       | 13,53  | 260,17              | 1,07      | 279            |
| P. Carlotte           | 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                 | 21,04     | 348            |
|                       | Хлеб пшеничный   | 30      | 2,4          | 0,72        | 14.4   | 72                  | 0,05      | 340            |
|                       | Хлеб ржаной  | 30      | 1,43         | 0,9         | 14.94  | 66                  | 0,00      |                |
| <b>1того за Обе</b> , | ц.   |         | 23,78        | 31,55       | 156    | 941,19              |           |                |
|                       |  | Итого з | а день 93,23 | рубля       |        | 1                   |           |                |

# Рацион: 5-11\_обед\_

### ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи   | Наименование блюда                             | Выход<br>блюда | Пиш          | евые вещест | ва (г) | Энерге-<br>тическая | Витамин С | №<br>рецептуры |
|--------------|--|----------------|--------------|-------------|--------|---------------------|-----------|----------------|
| Обед.        | . калиненование супода                         |                | Б            | ж           | У      | ценность<br>(ккал)  |           |                |
|              |  |                |              |             |        |                     |           |                |
|              | Рассольник ленинградский на курином<br>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      | 366,00         |
|              | Хлеб ржаной                                    | 50             | 2.39         | 1,5         | 24.9   | 110                 | 0,00      |                |
| Итого за Обе | Д.   |                | 39,07        | 34.95       | 173,74 | 1107,97             |           |                |
|              |  | Итого з        | а день 93,23 | рубля       |        | 1101,01             |           |                |

# Рацион: 5-11\_обед\_

# ПЯТНИЦА

| Прием пищи    | Наименование блюда                     | Выход<br>блюда | Пиц   | цевые вещест | ва (г) | Энерге-<br>тическая | Витамин С | №<br>рецептуры |
|---------------|--|----------------|-------|--------------|--------|---------------------|-----------|----------------|
|               |  |                | Б     | ж            | У      | ценность<br>(ккал)  |           |                |
| Обед.         |  |                |       |              |        | 1 (MICC21)          |           |                |
|               | 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      | 070            |
|               | Хлеб ржаной                            | 30             | 1.43  | 0.9          | 14.94  | 66                  | 0,00      |                |
| 1того за Обед | g                                      |                | 60,01 | 50,86        | 137,9  | 1213,45             |           |                |

Зав. производством

| ШКОЛА №2  |                  | екабря 2024г. | -14 декабря | 2024г. |
|-----------|------------------|---------------|-------------|--------|
| Пишевые в | BUILDING (C) I'C | Энерге-       |             |        |

|               | 18 2 5 (1)   | /6             | ПОНЕДЕЛЬН     |                  | 09 E         | екабря 2024г                              | 14 декабря | 2024г.         |
|---------------|--|----------------|---------------|------------------|--------------|---|------------|----------------|
| Прием пищи    | Наименование блюда   | Выход<br>блюда | TING CE       | КИЖ <sub>Р</sub> | N52√<br>M620 | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С  | №<br>рецептуры |
| Завтрак       |  |                | 1 # # /       |                  | /            | 5 07/                                     |            |                |
| 9             | 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             | 15,98        | - / 101                                   | 1.3        | 379            |
|               | Хачапури с сыром   | 50             | 7,55          | 013,98 1         | 5914.70      | 216,05                                    | 0,17       | 570            |
|               | Хлеб пшеничный   | 20             |               | CB 0,48          | 2 29.8       | 48  | 0.03       |                |
|               | Хлеб ржаной  | 20             | 0,96          | 0.6.70           | 9,96         | 44  | 0,00       |                |
|               | Фрукт свежий   | 1              | 0.8           | 0,8              | 19.6         | 94  | -          |                |
| Итого за Зав  | трак   |                | 23,55         | 30,09            | 112.64       | 793,38                                    |            |                |
| Обед.         |  |                | 20,00         | 00,00            | 112,04       | 100,00                                    |            |                |
|               | Суп картофельный с бобовыми  | 250            | 5,5           | 9                | 66.13        | 216                                       | 2.2        | 102            |
|               | Гренки   | 20             | 2.4           | 0,4              | 12.6         | 63  | 2,2        | 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            |
|               | 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       | 300            |
| no Ren = Red) | Хлеб ржаной  | 20             | 0.96          | 0.6              | 9,96         | 44  | 5,05       |                |
| Итого за Обе  | Д.   |                | 38,31         | 52.35            | 207,56       | 1282,07                                   | 2          |                |
| 44.           | Access to the second se | Итого за       | день 223,48 р |                  | 207,00       | 1202,01                                   |            |                |

| Прием пищи    | Наименование блюда                                 | Выход      | Пиц           | цевые веществ | ыа (г) | Энерге-<br>тическая | Витамин С | №<br>рецептуры |
|---------------|--|------------|---------------|---------------|--------|---------------------|-----------|----------------|
| 2             |  | блюда      | Б             | ж             | У      | ценность<br>(ккал)  |           |                |
| 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              | 7         | 309            |
|               | Чай с лимоном_                                     | 200/7      | 0,21          | 0.03          | 16     | 65                  | 2.83      | 377            |
|               | Хлеб ржаной  | 30         | 1,43          | 0,9           | 14.94  | 66                  | 2,00      | 011            |
|               | Хлеб пшеничный                                     | 20         | 1,6           | 0.48          | 9.6    | 48                  | 0.03      |                |
| Итого за Зав  | грак   |            | 21.55         | 29.53         | 88.8   | 769,17              | 0,00      |                |
| Обед.         |  |            |               |               |        | 1 100,11            |           |                |
|               | Борщ с капустой и картофелем на курином<br>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      | 002            |
|               | Хлеб ржаной  | 30         | 1,43          | 0.9           | 14.94  | 66                  | 0,03      |                |
| Итого за Обе, | д.   |            | 24,15         | 16.55         | 83,96  | 575,64              | 4         |                |
|               |  | Mroro 22 B | ень 223,48 ру |               |        |                     |           |                |

| 1000                 |  | Выход<br>блюда | Пиц         | евые вещест | за (г) | Энерге-                        |           |                |
|----------------------|--|----------------|-------------|-------------|--------|--------------------------------|-----------|----------------|
| Привм пищи           | Наименование блюда                                       |                | Б           | ж           | У      | тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
| 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   | 158,16                         |           | 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                             | 7,22      | 0.0            |
|                      | Хлеб пшеничный   | 20             | 1,6         | 0,48        | 9.6    | 48                             | 0,03      |                |
|                      | Фрукт свежий   | 1              | 0,8         | 0.8         | 19.6   | 94                             | 0,00      |                |
| Итого за Завт        | рак  |                | 29,58       | 32,42       | 148,34 | 841.16                         |           |                |
| Обед.                |  |                | entrary and |             |        | 0.1110                         |           |                |
| (i)                  | Щи из свежей капусты с картофелем на курином<br>бульоне_ | 250/10         | 7,6         | 4,93        | 21,51  | 138                            | 158,01    | 88,02          |
|                      | Каша Царская с курой                                     | 280            | 84.56       | 52.84       | 28.2   | 927.72                         | 7         |                |
|                      | Компот из изюма  | 200            | 0.46        | 0.1         | 33.12  | 132                            | -         | 348            |
|                      | Хлеб пшеничный   | 30             | 2.4         | 0.72        | 14.4   | 72                             | 0.05      | 340            |
|                      | Хлеб ржаной  | 30             | 1.43        | 0.9         | 14,94  | 66                             | 0,03      |                |
| <b>Итого за Обед</b> |  |                | 98,45       | 59,49       | 112,17 | 1335.72                        | 7         |                |

|   |  | - constant     | Пиц           | цевые вещест | 3a (r) | Энерге-                        |           |                |
|---|--|----------------|---------------|--------------|--------|--------------------------------|-----------|----------------|
| Прием пищи  | Наимонование блюда                           | Выход<br>блюда | Б             | ж            | У      | тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
| Завтрак   |  |                |               |              |        | I Inneu II                     |           |                |
|   | 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           | 0,08         | 15     | 60                             | 0.03      | 376            |
|   | Булочка с маком                              | 50             | 3,66          | 3,26         | 28,2   | 156.16                         | 0,03      | 424            |
|   | Хлеб пшеничный                               | 30             | 2,4           | 0,72         | 14.4   | 72                             | 0.05      | 424            |
|   | Хлеб ржаной                                  | 30             | 1,43          | 0.9          | 14.94  | 66                             | 0,03      |                |
| Итого за Зав                                      | трак   |                | 19,48         | 29,84        | 144.57 | 887,35                         |           |                |
| Обед.   |  |                |               | 20,04        | 144,01 | 007,00                         |           | _              |
| e post e e e e e<br>E e e e e e e e e e e e e e e | 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       | 388.08         |
|   | Хлеб пшеничный                               | 50             | 4             | 1.2          | 24     | 120                            | 0.08      | 300,00         |
|   | Хлеб ржаной                                  | 50             | 2,39          | 1.5          | 24.9   | 110                            | 0,00      |                |
| Итого за Обе                                      | Д  |                | 39.07         | 34,95        | 173,74 | 1107.97                        |           |                |
|   |  | Итого за п     | ень 223,48 ру |              |        | 1101,01                        |           |                |

| _                       | 1                                    | -              | Пиц           | овые вещест | sa (r) | Энерге-                        |           |                |
|-------------------------|--------------------------------------|----------------|---------------|-------------|--------|--------------------------------|-----------|----------------|
| Привм пищи              | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Б             | ж           | У      | тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
| Завтрак                 |                                      |                |               |             |        | INNAU                          |           |                |
|                         | Котлеты, биточки, шницели (свинина)_ | 100            | 13,6          | 25,4        | 26.3   | 356                            |           | 268            |
| 44.                     | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 180            | 10,99         | 8.2         | 45,37  | 350,38                         | 2.7       | 44             |
|                         | Компот из смеси сухофруктов          | 200            | 0,08          | 0.06        | 29     | 108                            | 1,49      | 349            |
|                         | Гребешок с повидлом_                 | 50             | 2,8           | 1,08        | 23,6   | 115.34                         | 1,10      | 406            |
|                         | Хлеб пшеничный                       | 25             | 2             | 0.6         | 12     | 60                             | 0.04      | 400            |
|                         | Хлеб ржаной                          | 25             | 1,19          | 0.75        | 12.45  | 55                             | 0,04      |                |
| Итого за Зав            | грак                                 |                | 30,64         | 36,09       | 148,72 | 1044,72                        | 1         | -              |
| Обед.                   |                                      |                |               |             |        |                                |           |                |
|                         | Сул 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       | 9,38   | 462.5                          | 1         | 255            |
|                         | Макаронные изделия отварные          | 180            | 6,59          | 5,4         | 31,68  | 272,99                         |           | 309            |
|                         | Чай с сахаром                        | 200            | 0.1           | 0,08        | 15     | 60                             | 0.03      | 378            |
| F 11                    | Хлеб пшеничный                       | 30             | 2,4           | 0.72        | 14,4   | 72                             | 0.05      | 0,0            |
|                         | Хлеб ржаной                          | 30             | 1,43          | 0.9         | 14.94  | 66                             | 0,00      |                |
| <del>Итого за Обе</del> | 4                                    |                | 52,64         | 44,64       | 94,1   | 1024,21                        |           |                |
|                         |                                      | Итого за л     | ень 223,48 ру | бпа         |        |                                |           |                |

| STATE OF THE STATE OF | 이 가는 것이 되는 경우를 하는 것 같아 모습니다.                                | - Page         | Пиц   | евые вещест | sa (r) | Энерге-                        |           |                |
|-----------------------|---|----------------|-------|-------------|--------|--------------------------------|-----------|----------------|
| Прием пищи            | Наименование блюда  | Выход<br>блюда | Б     | ж           | У      | тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | рецептуры<br>№ |
| Завтрак               |   |                |       |             |        |                                |           |                |
| _                     | Каша вязкая молочная (из пшена и риса)<br>"Дружба" с маслом | 250/10         | 6     | 6,98        | 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      | 3/8            |
|                       | Хлеб ржаной   | 30             | 1,43  | 0,9         | 14,94  | 66                             | 0,03      |                |
| Итого за Завт         | трак  |                | 20,92 | 19,24       | 77,04  | 623,47                         |           |                |
| Обед.                 |   |                | 20,02 | 10,24       | 11,04  | 023,47                         |           |                |
|                       | Борщ с калустой и картофелем на курином<br>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            |
|                       | 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         |
|                       | Хлеб пшеничный  | 30             | 2,4   | 0.72        | 14.4   | 72                             | 0.05      | 300,00         |
|                       | Хлеб ржаной   | 30             | 1,43  | 0.9         | 14,94  | 66                             | 0,05      |                |
| Итого за Обе          | Д.  |                | 21.73 | 35,48       | 158,98 | 999,8                          |           | _              |

a. di

Е.О. Розенбах 

# Меню

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

Ш**КОЛА №2**16ИНАТ

понедельниюльного 09 декабря 2024г. -14 декабря 2024г.

|                |                              |                             |              | 1/3         |            |          | · · · Hamaabii · |           |
|----------------|------------------------------|-----------------------------|--------------|-------------|------------|----------|------------------|-----------|
| Прием пищи     | Наименование блюда           | Выход                       | 11 7 11 111  | евые вещест | sa (r) 5// | Энерге-  | Витамин С        | Nº        |
|                |                              | блюда                       | 11.50        | Ж           | /* -Y/     | тическая | Битамин С        | рецептуры |
| Обед.          |                              | - management makes may be a | 110 #        | 1           | 2011       |          |                  |           |
|                | Поджарка (свин.)             | 70                          | 14,95 0      | H 619,46 12 | 2,88       | 245,54   | 1,49             | 251       |
|                | Рис припущенный              | 180                         | 4,32         | 1165,7580   | 62.88      | 307      |                  | 305       |
|                | Чай с сахаром                | 200                         | 0,1          | 0,06        | 15         | 60       | 0,03             | 376       |
|                | Булочка домашняя с помадкой_ | 50                          | 3,48         | 3,1         | 26,79      | 148.35   | -1-1             | 424,01    |
|                | Хлеб ржаной                  | 20                          | 0,96         | 0,6         | 9,96       | 44       |                  |           |
| Итого за Обед. |                              |                             | 23,81        | 28,92       | 117,51     | 804.89   |                  |           |
|                |                              | Итого за д                  | ень 120,00 г | ублей       |            |          |                  |           |

#### Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

#### вторник

| Прием пищи Наименование блюда Быход блюда Б Ж У Тическая  Котлеты, биточки, шницели (свинина) 100 13,6 25,4 26,3 356  Макаронные изделия отварные 180 6,59 5,4 31,68 272,99  Соки фруктовые и ягодные 200 1 0,2 24,4 101,6  Пирожок с капустой и яйцом 75 6,13 14,25 29,28 224,58  Хлеб пшеничный 30 2,4 0,72 14,4 72  Хлеб ржаной 20 0,96 0,6 9,96 44  Итого за Обед. 30,68 46,57 136,02 1071,17  Итого за день 120,00 рублей  | D         | Nº        |
|---|-----------|-----------|
| Котлеты, биточки, шницели (свинина) 100 13,6 25,4 26,3 356 Макаронные изделия отварные 180 6,59 5,4 31,68 272,99 Соки фруктовые и ягодные 200 1 0,2 24,4 101,6 Пирожок с капустой и яйцом 75 6,13 14,25 29,28 224,58 Хлеб пшеничный 30 2,4 0,72 14,4 72 Хлеб ржаной 20 0,96 0,6 9,96 44 Итого за Обед. Итого за Обед. Итого за день 120,00 рублей   | Витамин С | рецептурь |
| Макаронные изделия отварные Соки фруктовые и ягодные Пирожок с капустой и яйцом Тлеб ржаной Тлеб ржанов |           |           |
| Макаронные изделия отварные       180       6,59       5,4       31,68       272,99         Соки фруктовые и ягодные       200       1       0,2       24,4       101,6         Пирожок с капустой и яйцом_       75       6,13       14,25       29,28       224,58         Хлеб пшеничный       30       2,4       0,72       14,4       72         Хлеб ржаной       20       0,96       0,6       9,96       44         Итого за Обед.       30,68       46,57       136,02       1071,17         Итого за день 120,00 рублей   |           | 268       |
| Пирожок с капустой и яйцом_ 75 6,13 14,25 29,28 224,58  Хлеб пшеничный 30 2,4 0,72 14,4 72  Хлеб ржаной 20 0,96 0,6 9,96 44  Итого за Обед. 30,68 46,57 136,02 1071,17  Итого за день 120,00 рублей   |           | 309       |
| Хлеб пшеничный         30         2.4         0,72         14,4         72           Хлеб ржаной         20         0,96         0,6         9,96         44           Итого за Обед.         30,68         46,57         136,02         1071,17           Итого за день 120,00 рублей  | 20        | 389       |
| Хлеб ржаной 20 0,96 0,6 9,96 44 Итого за Обед. 30,68 46,57 136,02 1071,17 Итого за день 120,00 рублей   |           | 406       |
| Итого за Обед. 30,68 46,57 136,02 1071,17 Итого за день 120,00 рублей   | 0.05      | 1.55      |
| Итого за день 120,00 рублей   |           |           |
| Итого за день 120,00 рублей Рацион: 1 Комплекс №2   |           |           |
| Рацион: 1 Комплекс №2   |           |           |
| Рацион: 1_комплекс_№2_ СРЕДА  | 34        |           |
| Выход   |           |           |

#### СРЕДА

|                       |  |                | Пищ          | евые вещест | ва (г) | Энерге-                        |           |                |
|-----------------------|--|----------------|--------------|-------------|--------|--------------------------------|-----------|----------------|
| Прием пищи            | Наименование блюда                     | Выход<br>блюда | Б            | ж           | У      | тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
| 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                         | 0,00      | 424            |
|                       | Хлеб пшеничный                         | 30             | 2,4          | 0.72        | 14,4   | 72                             | 0.05      |                |
|                       | Хлеб ржаной                            | 20             | 0,96         | 0.6         | 9.96   | 44                             | 5,00      |                |
| <b>1того за Обед.</b> |  |                | 38,06        | 32,42       | 157,66 | 1035,95                        | 3,36      |                |
|                       |  | Итого за д     | ень 120,00 р | ублей       |        |                                |           |                |

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_ ЧЕТВЕРГ Пищевые вещества (г) Энерге-Выход тическая Прием пищи Nº Наименование блюда Витамин С блюда Б У Ж ценность рецептуры (ккал) Обед. Гуляш свинина 50/50 180 29,81 7,19 0,03 3,26 12,09 323,24 4,59 260 205 Рис припущенный с овощами 6,2 0,21 3,66 34,24 16 28,2 3,26 2,83 226,08 Чай с лимоном\_ 200/7 65 156,16 Булочка с маком\_ Хлеб пшеничный Хлеб ржаной 20 1,6 0,48 0,6 9,6 9,96 102,59 48 44 0,03 20 0,96 Итого за Обед. 41,37 862,48 Итого за день 120,00 рублей

| Прием пищи     | Наименование блюда       | Выход  | Пищ   | евые вещести | за (г)       | Энерге-                                 |           | №<br>рецептуры |
|----------------|--------------------------|--------|-------|--------------|--------------|---|-----------|----------------|
|                | паименование отнода      | блюда  | Б     | Ж            | У            | тическая                                | Витамин С |                |
| Обед.          |                          |        |       |              | -            | 2000 2000000000000000000000000000000000 |           | F-4-17         |
|                | Суфле из печени с рисом_ | 100    | 20,91 | 15,82        | 3,82         | 267,28                                  | 12,78     |                |
|                | Пюре картофельное_       | 273,02 | 21,84 | 312          |              |   |           |                |
|                | Помидоры порционные_     |        | 0,22  | 0,04         | 58,5<br>0,76 | 4,4                                     | 5         | 71             |
|                | 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      | 0.0            |
|                | Хлеб ржаной              | 20     | 0,96  | 0,6          | 9.96         | 44                                      | 0,00      |                |
|                | Крендель сахарный_       | 50     | 0,03  | 0.06         | 0.26         | 1.68                                    |           | 415            |
| Итого за Обед. |                          |        | 28,39 | 23,42        | 102.7        | 722,38                                  | 5         |                |

| 100            |                             |                | Пиш          | евые вещест | ва (г) | Энерге-                        |           | №<br>рецептуры |
|----------------|-----------------------------|----------------|--------------|-------------|--------|--------------------------------|-----------|----------------|
| Прием пищи     | Наименование блюда          | Выход<br>блюда | Б            | ж           | У      | тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С |                |
| Обед.          |                             |                |              |             |        |                                |           |                |
|                | Тефтели 2-й вариант /свин/_ | 70/35          | 8,12         | 18,78       | 13,53  | 260,17                         | 1,07      | 279            |
|                | Макаронные изделия отварные | 180            | 6,59         | 5,4         | 31.68  | 272.99                         |           | 309            |
|                | 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                 | 30             | 1,43         | 0,9         | 14,94  | 66                             |           |                |
| Итого за Обед. |                             |                | 23,35        | 29,72       | 134,52 | 964.59                         |           |                |
|                |                             | Итого за д     | ень 120,00 р | ублей       |        |                                |           |                |

Рацион: 2\_Комплекс\_№2\_

Меню ОЛА №2

| Прием пищи     | Наименование блюда                         | Выход<br>блюда | 2 21         | омжелная<br>Починая<br>Починая | 100 211 | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | -14 декабря 2<br>Витамин С | №<br>рецептуры |
|----------------|--|----------------|--------------|--------------------------------|---------|---|----------------------------|----------------|
| Обед.          | No. 100 100 100 100 100 100 100 100 100 10 | 0.7            | 11 # # /     |                                | 10311   | (   |                            |                |
|                | Суп картофельный с бобовыми                | 250            | (5.5,        | 9 00                           | * 66,13 | 216                                       | 2.2                        | 102            |
|                | Гренки_                                    | 30             | 3.6 6        | 12210,659                      | 3/18.9  | 94,5                                      |                            | 371            |
|                | Поджарка (свин.)_                          | 70             | 14.95 76     | 964948                         | 2.88    | 245.54                                    | 1.49                       | 251            |
|                | Рис припущенный                            | 180            | 4.32         | 5.7                            | 62.88   | 307                                       | 1,40                       | 305            |
|                | Чай с сахаром                              | 200            | 0.1          | 0.06                           | 15      | 60  | 0.03                       | 376            |
|                | Булочка домашняя с помадкой_               | 50             | 3,48         | 3,1                            | 26,79   | 148,35                                    | 0,03                       | 424,01         |
|                | Хлеб ржаной                                | 30             | 1,43         | 0.9                            | 14,94   | 66  |                            | 424,01         |
| Итого за Обед. |  |                | 33,38        | 38,82                          | 207.52  | 1137,39                                   |                            |                |
|                | Ит   | ого за ден     | 145,00 рубле |                                | 20.102  | 1107,00                                   |                            |                |

# Рацион: 2\_Комплекс\_№2\_

# вторник

| Прием пищи     | Наименование блюда                                  | Выход<br>блюда | Пиц   | јевые вещест | ва (г) | Энерге-            | Витамин С | №<br>рецептуры |
|----------------|---|----------------|-------|--------------|--------|--------------------|-----------|----------------|
|                | Палиснование опода                                  |                | Б     | ж            | У      | ценность<br>(ккал) |           |                |
| Обед.          |   |                |       |              | 1      | T (MICELLY         |           |                |
|                | Борщ с капустой и картофелем на курином<br>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             |           |                |
|                | Соки фруктовые и ягодные                            | 200            | 1     | 0.2          | 24.4   |                    | 00        | 309            |
|                | Пирожок с капустой и яйцом                          | 75             | 6,13  | 14,25        |        | 101,6              | 20        | 389            |
|                | Хлеб пшеничный                                      | 30             | 2,4   | 0.72         | 29,28  | 224,58             |           | 406            |
|                | Хлеб ржаной   | 20             |       |              | 14,4   | 72                 | 0,05      |                |
| Ітого за Обед. | Trained principles                                  | 20             | 0,96  | 0,6          | 9,96   | 44                 |           |                |
| пого за обед.  |   |                | 32,41 | 51,45        | 155,32 | 1198.97            |           |                |

# СРЕДА

| Прием пищи     | Наименование блюда                                      | Выход  | Пиш   | евые вещест | ва (г) | Энерге-  |           | Nº        |
|----------------|---|--------|-------|-------------|--------|----------|-----------|-----------|
| Обед.          | палменование олюда                                      | блюда  | Б     | ж           | У      | ценность | Витамин С | рецептуры |
| обед.          |   |        |       |             |        |          | -         |           |
|                | Щи из свежей капусты с картофелем на курином<br>бульоне | 250/10 | 7,6   | 4,93        | 21,51  | 138      | 158,01    | 88,02     |
|                | 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      |           |
|                | Булочка домашняя  | 50     | 3.66  | 3.26        | 28.2   |          | 0,03      | 376       |
|                | Хлеб пшеничный  | 20     | 1.6   | 0,48        | 9.6    | 156,16   | 0.00      | 424       |
|                | Хлеб ржаной   | 20     |       |             |        | 48       | 0,03      |           |
| Итого за Обед. |   | 20     | 0,96  | 0,6         | 9,96   | 44       |           |           |
| итого за обед. |   |        | 44,86 | 37,11       | 174,37 | 1149,95  | 2         |           |

# ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи     | Наименование блюда                          | Выход<br>блюда | Пищ   | евые вещест | ва (г) | Энерге-            |           | №<br>рецептуры |
|----------------|---|----------------|-------|-------------|--------|--------------------|-----------|----------------|
|                | Tarinion Barrio Grioga                      |                | Б     | ж           | У      | ценность<br>(ккал) | Витамин С |                |
| Обед.          |   |                |       |             |        | T (Minus)          |           |                |
|                | 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            |
|                | Рис припущенный с овощами                   | 180            | 6.2   | 7,19        | 34,24  | 226.08             | 3,26      | 205            |
|                | 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             | 2,00      | 424            |
|                | Хлеб пшеничный                              | 20             | 1.6   | 0.48        | 9.6    | 48                 | 0.03      | 424            |
|                | Хлеб ржаной                                 | 20             | 0,96  | 0.6         | 9.96   | 44                 | 0,03      |                |
| Итого за Обед. |   |                | 30.32 | 46,47       | 150,52 | 1081,47            | 2         |                |
|                | Ит  | ого за день    |       |             | .00,02 | 1 1001,47          |           |                |

# Рацион: 2\_Комплекс\_№2\_

# АДИНТЯП

| Прием пищи     | Наименование блюда                | Выход<br>блюда  | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-            |           | Nº        |
|----------------|-----------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|--------------------|-----------|-----------|
|                |                                   |                 | Б                    | ж     | У      | ценность<br>(ккал) | Витамин С | рецептуры |
| Обед.          |                                   |                 |                      | •     |        | (                  |           |           |
|                | Суп из овощей на курином бульоне_ | 250/10          | 1.51                 | 4.75  | 8.72   | 90,72              | 9,88      | 99,02     |
|                | Суфле из печени с рисом_          | 100             | 20.91                | 15.82 | 3.82   | 267.28             | 12.78     | 33,02     |
|                | Пюре картофельное_                | 180             | 3.77                 | 6.12  | 58.5   | 273.02             | 21.84     | 312       |
|                | Помидоры порционные               | 20              | 0.22                 | 0,04  | 0.76   | 4,4                | 5         | 71        |
|                | 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      | 3/6       |
|                | Хлеб ржаной                       | 20              | 0.96                 | 0.6   | 9.96   | 44                 | 0,05      |           |
|                | Крендель сахарный                 | 50              | 0.03                 | 0.06  | 0.26   | 1,68               |           | 445       |
| Итого за Обед. |                                   |                 | 29.9                 | 28.17 | 111,42 | 813,1              | 5         | 415       |
|                |                                   | Итого за день 1 |                      |       | 111,42 | 013,1              | 5         |           |

| Прием пищи            | Наименование блюда   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-                        |           |                |
|-----------------------|--|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|----------------|
|                       |  |                | Б                    | ж     | У      | тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
| Обед.                 | THE RESERVE OF THE PARTY OF THE |                |                      |       |        | THIS 211                       |           |                |
|                       | Борщ с капустой и картофелем на курином<br>бульоне_  | 250/10         | 1,73                 | 4,88  | 19,3   | 127,8                          | 10,68     | 82,02          |
|                       | Тефтели 2-й вариант /свин/_  | 70/35          | 8.12                 | 18,78 | 13.53  | 260,17                         | 1,07      | 279            |
|                       | Макаронные изделия отварные  | 180            | 6.59                 | 5.4   | 31.68  | 272.99                         | 1,07      | 309            |
|                       | 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                         | 0,0       | 693            |
|                       | Хлеб пшеничный   | 30             | 2,4                  | 0.72  | 14.4   | 72                             | 0.05      | 033            |
| ,                     | Хлеб ржаной  | 20             | 0.96                 | 0.6   | 9.96   | 44                             | 0,00      |                |
| <b>Итого за Обед.</b> |  |                | 24.61                | 34,3  | 148.84 | 1070.39                        |           |                |

Зав. производством

Рацион: 3\_Комплекс №2



Е.О. Розенбах

Р.Ф. Калиенко

«Комбинат -школьного ШКОЛА №2

RUTAUMO NO 1

|                | 100 100 100                  | 011            | ПОНЕДЕЛЬН            | INK 50 | 09 де                 | кабря 2024г.        | -14 декабря | 2024г.    |
|----------------|------------------------------|----------------|----------------------|--------|-----------------------|---------------------|-------------|-----------|
| Прием пищи     | Наименование блюда           | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |        |                       | Энерте-<br>тическая |             | Nº        |
|                |                              |                | Б                    | ж      | 66231159<br>169658038 | уценность<br>(ккал) | Витамин С   | рецептуры |
| 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       |
|                | Соки фруктовые и ягодные     | 200            | 1                    | 0,2    | 24,4                  | 101,6               | 20          | 389       |
|                | Булочка домашняя с помадкой_ | 80             | 5,56                 | 4,95   | 42,86                 | 237,36              |             | 424,01    |
|                | Хлеб ржаной                  | 30             | 1,43                 | 0,9    | 14,94                 | 66                  |             | ,         |
| Итого за Обед. |                              |                | 17,09                | 15,65  | 167,23                | 715,46              |             |           |
|                | Итс                          | го за день     | 75,00 рублеі         | й      |                       |                     |             |           |

Рацион: 3\_Комплекс\_№2\_ вторник Энерге-Пищевые вещества (г) Выход тическая No Прием пищи Наименование блюда Витамин С блюда ценность рецептуры Б Ж (ккал) Обед. Борщ с капустой и картофелем на курином 250/10 1,73 4,88 19,3 127,8 10,68 82,02 Соки фруктовые и ягодные 200 24.4 101,6 0.2 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. 20,65 97,34 12,22 569.98 Итого за день 75,00 рублей

Рацион: 3\_Комплекс\_№2 СРЕДА Энерге-Пищевые вещества (г) Выход тическая Прием пиши Наименование блюда Витамин С блюда ценность рецептуры Б Ж (ккал) Обед. Щи из свежей капусты с картофелем на курином 250/10 7,6 4,93 21,51 158,01 138 88.02 бульоне 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 0,72 14,4 0,05 2,4 Хлеб ржаной 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 Энерге-Пищевые вещества (г) Выход тическая Nº Прием пиши Наименование блюда Витамин С блюда ценность рецептуры Б У Ж (ккал) Обед. Рассольник ленинградский на курином бульоне 5,6 47,93 218,99 5,1 8,39 96,02 Чай с лимоном 200/7 0.21 16 2,83 Булочка с маком 234.24 5,49 4,89 42.3 424 Хлеб пшеничный 0,48 9,6 0,03 48 Хлеб ржаной 0.96 0,6 9,96 11 Итого за Обед. 13,86 11.1 125.79 610,23 Итого за день 75,00 рублей

Рацион: 3 Комплекс №2 ПЯТНИЦА Энерге-Пищевые вещества (г) тическая ценность Выход No Прием пищи Наименование блюда Витамин С блюда рецептуры Б У (ккал) Обед. Суп из овощей на курином бульоне Крендель сахарный Чай с сахаром 250/10 1,51 4,75 8,72 90,72 9,88 99,02 0,52 15 3,36 60 100 0,06 0,12 0,1 0,06 0,03 376 Хлеб пшеничный 30 2,4 0,72 14,4 72 0,05 Хлеб ржаной 1,43 0.9 14.94 66 Итого за Обед. 6,55 53,58 292,08 Итого за день 75,00 рублей

СУББОТА Пищевые вещества (г) Рацион: 3\_Комплекс\_№2 Энерге-Выход тическая Nο Прием пищи Наименование блюда Витамин С блюда Б ценность рецептуры (ккал) Обед. Борщ с капустой и картофелем на курином 250/10 1,73 4,88 19,3 127,8 10,68 82.02 бульоне\_ Компот из ягод (заморозка)\_ Шанежка с наливкой\_ 200 0,14 143,8 0,68 35,26 0.6 388.06 3,78 0,72 24,71 14,4 149,63 72 693 Хлеб пшеничный 0,05 9,96 103,63 Хлеб ржаной 44 Итого за Обед. 537,23 Итого за день 75,00 рублей

# ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

# СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428929

Владелец Калиенко Рената Фёдоровна

Действителен С 01.11.2024 по 01.11.2025