

УТВЕРЖДАЮ  
СОГЛАСОВАНО

Директор школы №2

Меню  
ШКОЛЫ №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК

Е.О. Розенбах  
Р.Ф. Каличенко

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_

| Прием пищи                  | Наименование блюда                     | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|----------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|---------------------|-----------|----------------|
|                             |                                        |                | Б                    | Ж     | У      |                     |           |                |
| Обед.                       | Суп картофельный с бобовыми            | 250            | 5,5                  | 3,6   | 13,4   | 136,2               | 8,63      | 82,02          |
|                             | Греники                                | 30             | 3,6                  | 0,1   | 2,6    | 28,5                | 1,19      | 274            |
|                             | Гуляш свинина                          | 50/50          | 12,09                | 29,81 | 4,59   | 323,24              | 0,6       | 388            |
|                             | Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант) | 150            | 11,63                | 9,68  | 62,9   | 385,19              | 0,06      | 388            |
|                             | Кисель "Витошка"                       | 200            |                      |       | 24     | 95                  | 20        | 352            |
|                             | Хлеб пшеничный                         | 40             | 3,2                  | 0,96  | 19,2   | 96                  | 0,06      |                |
|                             | Хлеб ржаной                            | 40             | 1,91                 | 1,2   | 19,92  | 88                  |           |                |
| Итого за Обед.              |                                        |                | 37,93                | 51,25 | 215,64 | 1297,93             | 22        |                |
| Полдник                     | Кофейный напиток с молоком             | 200            | 3,17                 | 2,68  | 15,96  | 101                 | 1,3       | 379            |
|                             | Хачапури с сыром                       | 110            | 16,61                | 30,71 | 32,34  | 475,31              | 0,37      |                |
| Итого за Полдник            |                                        |                | 19,78                | 33,39 | 48,3   | 576,31              |           |                |
| Итого за день 261,89 рублей |                                        |                |                      |       |        |                     |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_

ВТОРНИК

| Прием пищи                  | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|-------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|---------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                 |                | Б                    | Ж     | У      |                     |           |                |
| Обед.                       | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне | 200/10         | 1,4                  | 3,94  | 15,59  | 103,22              | 8,63      | 82,02          |
|                             | Зразы рубленые (свин.)                          | 90             | 10,55                | 20,45 | 14,92  | 285,46              | 1,19      | 274            |
|                             | Макаронные изделия отварные                     | 150            | 5,49                 | 4,5   | 26,4   | 227,49              |           | 309            |
|                             | Напиток из плодов шиповника                     | 200            | 0,68                 | 0,14  | 35,26  | 143,8               | 0,6       | 388            |
|                             | Хлеб пшеничный                                  | 40             | 3,2                  | 0,96  | 19,2   | 96                  | 0,06      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                     | 30             | 1,43                 | 0,9   | 14,94  | 66                  |           |                |
|                             |                                                 |                | 22,75                | 30,89 | 126,31 | 921,97              |           |                |
| Итого за Обед.              |                                                 |                |                      |       |        |                     |           |                |
| Полдник                     | Пицца домашняя                                  | 100            | 9,9                  | 16,26 | 28,34  | 299                 | 0,2       | 413,04         |
|                             | Компот из облепихи                              | 200            | 0,2                  | 0,1   | 28,9   | 113                 |           | 54,9           |
|                             | Фрукт свежий                                    | 1              | 0,8                  | 0,8   | 19,6   | 94                  |           |                |
| Итого за Полдник            |                                                 |                | 10,9                 | 17,16 | 76,84  | 506                 | 28        |                |
| Итого за день 261,89 рублей |                                                 |                |                      |       |        |                     |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_

СРЕДА

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                          | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|---------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                             |                | Б                    | Ж     | У      |                     |           |                |
| Обед.                       | Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне | 200            | 2,12                 | 2,22  | 19,38  | 137,6               | 13,2      | 103,03         |
|                             | Биточек (свинина)                                           | 90             | 12,24                | 22,86 | 23,67  | 320,4               |           | 268,03         |
|                             | Рис припущенный с овощами                                   | 150            | 5,17                 | 5,99  | 28,53  | 188,4               | 2,72      | 205            |
|                             | Компот из ягод (заморозка)                                  | 200            | 0,68                 | 0,14  | 35,26  | 143,8               | 0,6       | 388,06         |
|                             | Хлеб пшеничный                                              | 30             | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                  | 0,05      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                                 | 30             | 1,43                 | 0,9   | 14,94  | 66                  |           |                |
|                             |                                                             |                | 24,04                | 32,83 | 136,18 | 928,2               |           |                |
| Итого за Обед.              |                                                             |                |                      |       |        |                     |           |                |
| Полдник                     | Запеканка из творога с рисом                                | 160            | 8,42                 | 12,14 | 43,51  | 321,53              | 0,06      | 15,5           |
|                             | Молоко сгущенное                                            | 30             | 2,16                 | 9     | 16,8   | 147                 | 0,3       |                |
|                             | Молоко кипяченое                                            | 200            | 5,6                  | 6,4   | 9,4    | 116                 | 2,74      | 385            |
| Итого за Полдник            |                                                             |                | 16,18                | 27,54 | 69,71  | 584,53              |           |                |
| Итого за день 261,89 рублей |                                                             |                |                      |       |        |                     |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_

ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                                 | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|---------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                                    |                | Б                    | Ж     | У      |                     |           |                |
| Обед.                       | Рассольник ленинградский на курином бульоне                        | 200/10         | 4,52                 | 4,12  | 38,71  | 176,88              | 6,78      | 96,02          |
|                             | Суфле из отварной рыбы (филе рыбы лососевых пород) с рисом паровое | 90             | 14,17                | 10,8  | 8,37   | 187,43              |           | 235,02         |
|                             | Пюре картофельное                                                  | 150            | 3,14                 | 5,1   | 48,75  | 227,52              | 18,2      | 312            |
|                             | Компот из смеси сухофруктов                                        | 200            | 0,06                 | 0,06  | 29     | 108                 | 1,49      | 349            |
|                             | Хлеб пшеничный                                                     | 20             | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                  | 0,03      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                                        | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                  |           |                |
|                             | Фрукт свежий                                                       | 1              | 0,8                  | 0,8   | 19,6   | 94                  |           |                |
| Итого за Обед.              |                                                                    |                | 25,25                | 21,96 | 163,99 | 885,83              |           |                |
| Полдник                     | Хачапури с сыром                                                   | 100            | 15,1                 | 27,92 | 29,4   | 432,1               | 0,34      |                |
|                             | Какао с молоком                                                    | 200            | 3,77                 | 3,2   | 26,74  | 150,8               |           | 382            |
| Итого за Полдник            |                                                                    |                | 18,87                | 31,12 | 56,14  | 582,9               |           |                |
| Итого за день 261,89 рублей |                                                                    |                |                      |       |        |                     |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_

ПЯТНИЦА

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|------------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|---------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                      |                | Б                    | Ж     | У      |                     |           |                |
| Обед.                       | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне | 200/10         | 6,14                 | 3,98  | 17,37  | 111,46              | 127,62    | 88,02          |
|                             | Котлета (свинина)                                    | 90             | 12,24                | 22,86 | 23,67  | 320,4               |           | 268,05         |
|                             | Каша гречневая рассыпчатая с овощами                 | 150            | 9,16                 | 6,83  | 37,81  | 291,98              | 2,25      | 44             |
|                             | Компот из изюма                                      | 200            | 0,46                 | 0,1   | 33,12  | 132                 |           | 348            |
|                             | Хлеб пшеничный                                       | 30             | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                  | 0,05      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                          | 30             | 1,43                 | 0,9   | 14,94  | 66                  |           |                |
| Итого за Обед.              |                                                      |                | 31,83                | 35,39 | 141,31 | 993,84              | 1         |                |
| Полдник                     | Молоко кипяченое                                     | 200            | 5,6                  | 6,4   | 9,4    | 116                 | 2,74      | 385            |
|                             | Пицца домашняя                                       | 100            | 9,9                  | 16,26 | 28,34  | 299                 | 0,2       | 413,04         |
|                             | Фрукт свежий                                         | 1              | 0,8                  | 0,8   | 19,6   | 94                  | 20        |                |
| Итого за Полдник            |                                                      |                | 16,3                 | 23,46 | 57,34  | 509                 |           |                |
| Итого за день 261,89 рублей |                                                      |                |                      |       |        |                     |           |                |

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова