

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Рацион: 1-4_В.Салда_ЗАВТРАК

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная из пшена с маслом	200/10	9,47	11,57	42,82	290,33		173
	Сыр (порциями)	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	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Завтрак			25,19	24,09	92,92	656,41		
Итого за день 108,90 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_ЗАВТРАК

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Зразы рубленые (свин.)	90	10,55	20,45	14,92	285,46	1,19	274
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	26,4	227,49		309
	Соус красный основной	20	0,19	1,04	1,48	16,9	0,9	326
	Компот из облепихи	200	0,2	0,1	28,9	113		54,9
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Завтрак			20,26	27,71	101,04	780,85	28	
Итого за день 108,90 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_ЗАВТРАК

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Запеканка из творога с рисом	160	8,42	12,14	43,51	321,53	0,06	15,5
	Молоко гущенное	30	2,16	9	16,8	147	0,3	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	60	4,8	1,44	28,8	144	0,09	
	Хлеб ржаной	50	2,39	1,5	24,9	110		
Итого за Завтрак			17,87	24,14	129,01	782,53		
Итого за день 108,90 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_ЗАВТРАК

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	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	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Завтрак			21,2	17,58	115,46	660,95	20,64	
Итого за день 108,90 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_ЗАВТРАК

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет натуральный	150	13,76	23,96	19,35	285,72	0,26	284
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Фрукт свежий*	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Завтрак			18,02	26,14	78,31	555,72		
Итого за день 108,90 рублей								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е. О. Розенбах
Ф. Калиенко

Рацион: 1-4_В.Салда_обед_

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

03 марта 2025г. -07 марта 2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с бобовыми	200	4,4	7,2	52,9	172,8	1,76	102
	Гренки	20	2,4	0,4	12,6	63		371
	Гуляш свинина	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	11,63	9,68	62,9	385,19		171
	Кисель "Витощка"	200			24	95	20	352
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.			33,88	48,41	181,35	1155,23	22	
Итого за день 108,90 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_обед_

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200/10	1,4	3,94	15,59	103,22	8,63	82,02
	Зразы рубленые (свин.)	90	10,55	20,45	14,92	285,46	1,19	274
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	26,4	227,49		309
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388
	Хлеб пшеничный	25	2	0,6	12	60	0,04	
	Хлеб ржаной	25	1,19	0,75	12,45	55		
Итого за Обед.			21,31	30,38	116,62	874,97		
Итого за день 108,90 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_обед_

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	2,12	2,22	19,38	137,6	13,2	103,03
	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		
Итого за Обед.			24,04	32,83	136,18	928,2		
Итого за день 108,90 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_обед_

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200/10	4,52	4,12	38,71	176,88	6,78	96,02
	Суфле из 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		
Итого за день 108,90 рублей								

Рацион: 1-4_В.Салда_обед_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200/10	6,14	3,98	17,37	111,46	127,62	88,02
	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	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.			31,36	35,09	136,33	971,84	1	
Итого за день 108,90 рублей								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда_

Меню ПОНЕДЕЛЬНИК
ШКОЛА № 2
06 марта 2025г. - 07 марта 2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная из пшена с маслом	200/10	9,41	1,57	42,82	280,33		
	Сыр (порциями)	30	7,92	0,78	59,24	103,08	0,24	18/268
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	0,08	13,96	101	1,3	378
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Завтрак			25,19	24,09	92,92	656,41		
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)	150	11,63	9,68	62,9	385,19		171
	Кисель "Витощка"	200			24	95	20	352
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.			36,25	50,75	204,36	1244,43	22	
Итого за день			61,44	74,84	307,28	1880,84	22	

Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда_

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Зразы рубленые (свин.)	90	10,55	20,45	14,92	285,46	1,19	274
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	26,4	227,49		309
	Соус красный основной	20	0,19	1,04	1,48	16,9	0,9	326
	Компот из облепихи	200	0,2	0,1	28,9	113		54,9
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Завтрак			20,26	27,71	101,04	780,85	28	
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200/10	1,4	3,94	15,59	103,22	8,63	82,02
	Шницели (свинина)	90	12,24	22,86	23,67	320,4		268,04
	Рагу из овощей	150	2,52	3,95	15,35	98,07	17,9	143
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
	Итого за Обед.			20,67	32,51	119,21	803,49	
Итого за день			40,93	60,22	220,25	1584,34	28	

Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда_

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Залезанка из творога с рисом	160	8,42	12,14	43,51	321,53	0,06	15,5
	Молоко густенное	30	2,16	9	16,8	147	0,3	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	60	4,8	1,44	28,8	144	0,09	
	Хлеб ржаной	50	2,39	1,5	24,9	110		
Итого за Завтрак			17,87	24,14	129,01	782,53		
Обед.	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	2,12	2,22	19,38	137,6	13,2	103,03
	Биточки (свинина)	90	12,24	22,86	23,67	320,4		268,03
	Рис припущенный с овощами	150	5,17	5,99	28,53	188,4	2,72	205
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	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		
	Итого за Обед.			24,04	32,83	136,18	928,2	
Итого за день			41,91	56,97	265,19	1710,73		

Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда_

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	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	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Завтрак			21,2	17,58	115,46	660,95	20,64	
Обед.	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200/10	4,52	4,12	38,71	176,88	6,78	96,02
	Плов с куриным филе в/у	240	23,3	27,08	74,6	600,84	7,8	291,01
	Кисель "Витощка"	200			24	95	20	352
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.			31,65	32,82	166,65	1010,72	20	
Итого за день			52,85	50,4	282,11	1671,67	40,64	

Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет натуральный	150	13,76	23,96	19,35	285,72	0,26	284
	Фрукт свежий*	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Завтрак			18,02	26,14	78,31	555,72		
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	893,84	1	
Итого за день			49,85	61,53	219,62	1449,56	41,64	

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда_2см_

ПОНЕДЕЛЬНИК 03 марта 2025г. - 07 марта 2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с бобовыми	250	5,5	8,6	66,13	216	2,2	102
	Грени	30	3,6	6,6	18,9	94,5		371
	Гуляш свинина	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	11,63	9,68	62,9	385,19		171
	Кисель "Витощка"	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 блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200/10	1,4	3,94	15,59	103,22	8,63	82,02
	Зразы рубленые (свин.)	90	10,55	20,45	14,92	285,46	1,19	274
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	26,4	227,49		309
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.			22,75	30,89	126,31	921,97		
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 блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	2,12	2,22	19,38	137,6	13,2	103,03
	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 (заморожка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.			24,04	32,83	136,18	928,2		
Полдник	Запеканка из творога с рисом	180	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 блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200/10	4,52	4,12	38,71	176,88	6,78	96,02
	Суфле из 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 блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200/10	6,14	3,98	17,37	111,46	127,62	88,02
	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

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Меню
ШКОЛА №2

ПОНЕДЕЛЬНИК

03 марта 2025г. - 07 марта 2025г.

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,16	6,83	37,81	291,98	2,25	44
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94	20	376
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
Итого за Завтрак			11,96	8,89	92,33	531,58	1	
Итого за день 108,90 рублей								

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Рагу из птицы с овощами	260	13,76	12,86	16,64	237,56	12,4	289,05
	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 Завтрак			15,76	14,12	51,56	383,16		
Итого за день 108,90 рублей								

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша Царская с курой	260	78,52	49,06	26,18	861,46	6	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	40	1,9	1,2	19,92	85,6		
Итого за Завтрак			80,52	50,32	61,1	1007,06	0,03	
Итого за день 108,90 рублей								

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Плов (свин.)	260	28,6	29,26	45,12	558,11	2,22	265
	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 Завтрак			30,6	30,52	80,04	703,71		
Итого за день 108,90 рублей								

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Картофель отварной	150	2,9	5,67	20	135	20,61	125
	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		
Итого за Завтрак			5,7	7,73	74,52	374,6		
Итого за день 108,90 рублей								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Рацион: 1-4_ГПД_В.Салда_№2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с бобовыми	200	4,4	2,2	15,59	172,8	1,76	102
	Гренки	20	2,4	0,8	13,96	63	0,17	205
	Гуляш свинина	50/50	12,09	2,2	19,38	323,24	1,19	309
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	150	11,63	0,68	35,26	385,19	0,6	388
	Кисель "Витощка"	200			24	95	20	352
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.			33,88	48,41	181,35	1155,23	22	
Полдник	Сок 0,2	1			23,12	92,5		
	Выпечка в ассортименте	50	7,55	13,96	14,7	216,05	0,17	
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Итого за Полдник		8,35	14,76	57,42	402,55	20,17	
Итого за день 204,50 рубля								

Рацион: 1-4_ГПД_В.Салда_№2

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200/10	1,4	3,94	15,59	103,22	8,63	82,02
	Зразы рубленые (свин.)	90	10,55	20,45	14,92	285,46	1,19	274
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	26,4	227,49		309
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388
	Хлеб пшеничный	25	2	0,6	12	60	0,04	
	Хлеб ржаной	25	1,19	0,75	12,45	55		
Итого за Обед.			21,31	30,38	116,62	874,97		
Полдник	Сок 0,2	1			23,12	92,5		
	Выпечка в ассортименте	50	7,55	13,96	14,7	216,05	0,17	
	Фрукт свежий*	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Итого за Полдник		8,35	14,76	57,42	402,55	20,17	
Итого за день 204,50 рубля								

Рацион: 1-4_ГПД_В.Салда_№2

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	2,12	2,22	19,38	137,6	13,2	103,03
	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		
Итого за Обед.			24,04	32,83	136,18	926,2		
Полдник	Сок 0,2	1			23,12	92,5		
	Выпечка в ассортименте	50	7,55	13,96	14,7	216,05	0,17	
	Фрукт свежий*	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Итого за Полдник		8,35	14,76	57,42	402,55	20,17	
Итого за день 204,50 рубля								

Рацион: 1-4_ГПД_В.Салда_№2

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200/10	4,52	4,12	38,71	176,88	6,78	96,02
	Суфле из 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	Сок 0,2	1			23,12	92,5		
	Выпечка в ассортименте	50	7,55	13,96	14,7	216,05	0,17	
	Итого за Полдник		7,55	13,96	37,82	308,55	0,17	
Итого за день 204,50 рубля								

Рацион: 1-4_ГПД_В.Салда_№2

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200/10	6,14	3,98	17,37	111,46	127,62	88,02
	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	25	1,19	0,75	12,45	55		
Итого за Обед.			31,59	35,24	138,82	982,44	1	
Полдник	Сок 0,2	1			23,12	92,5		
	Выпечка в ассортименте	50	7,55	13,96	14,7	216,05	0,17	
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Итого за Полдник		8,35	14,76	57,42	402,55	20,17	
Итого за день 204,50 рубля								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Меню
ШКОЛЬНИКА
ШКОЛЫ №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

Е.О. Розенбах
Р.Ф. Калинин

05 марта 2025г. - 07 марта 2025г.

Рацион: 5-11_В.Салда_ЗАВТРАК_

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная из пшена с маслом	250/10	11,72	14,32	53,02	359,46		173
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	101	1,3	379
	Хачапури с сыром	60	9,06	16,75	17,64	259,26	0,2	
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Завтрак			26,51	34,83	106,18	811,72		
Итого за день 127,80 рубля								

Рацион: 5-11_В.Салда_ЗАВТРАК_

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Зразы рубленые (свин.)	100	11,72	22,72	16,58	317,18	1,32	274
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Соус красный основной	20	0,19	1,04	1,48	16,9	0,9	326
	Компот из облепихи	200	0,2	0,1	28,9	113		54,9
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Завтрак			22,53	30,88	107,98	858,07	28	
Итого за день 127,80 рубля								

Рацион: 5-11_В.Салда_ЗАВТРАК_

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Запеканка из творога с рисом	180	9,47	13,65	48,95	361,72	0,07	15,5
	Молоко сгущенное	20	1,44	6	11,2	98	0,2	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб ржаной	35	1,67	1,05	17,43	77		
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Булочка с корицей	75	5,69	4,64	38,25	220,76		438
Итого за Завтрак			21,57	26,36	150,03	913,48		
Итого за день 127,80 рубля								

Рацион: 5-11_В.Салда_ЗАВТРАК_

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Суфле из отварной рыбы (филе рыбы лососевых пород) с рисом паровое	100	15,74	12	9,3	208,26		235,02
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Завтрак			24,2	20,04	130,94	751,28	24,39	
Итого за день 127,80 рубля								

Рацион: 5-11_В.Салда_ЗАВТРАК_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет натуральный	200	18,35	31,95	25,8	380,96	0,35	284
	Булочка с маком	100	7,32	6,52	56,4	312,32		424
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Завтрак			29,13	39,85	121,56	869,28		
Итого за день 127,80 рубля								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Рацион: 5-11_обед

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

03 марта 2025г. -07 марта 2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с бобовыми	250	5,5	6,0	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
	Кисель "Витошка"	200			24	95	20	352
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.			37,78	52,45	212,14	1297,47	22	
Итого за день 127,80 рубля								

Рацион: 5-11_обед

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68	82,02
	Зразы рубленые (свин.)	100	11,72	22,72	16,58	317,18	1,32	274
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
	Итого за Обед.			25,35	35	136,96	1023,77	
Итого за день 127,80 рубля								

Рацион: 5-11_обед

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	2,65	2,78	24,23	172	16,5	103,03
	Биточек (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	356		268,03
	Рис припущенный с овощами	180	6,2	7,19	34,24	226,08	3,26	205
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
	Итого за Обед.			27,76	37,37	154,17	1059,88	
Итого за день 127,80 рубля								

Рацион: 5-11_обед

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250/10	5,6	5,1	47,93	218,99	8,39	96,02
	Суфле из отварной рыбы (филе рыбы лососевых пород) с рисом паровое	100	15,74	12	9,3	208,26		235,02
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	25	1,19	0,75	12,45	55		
	Фрукт свежий	1	0,8	0,8	19,6	94		
	Итого за Обед.			29,56	25,55	191,18	1029,27	
Итого за день 127,80 рубля								

Рацион: 5-11_обед

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250/10	7,6	4,93	21,51	138	158,01	88,02
	Котлета (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	356		268,05
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	10,99	8,2	45,37	350,38	2,7	44
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
	Итого за Обед.			36,48	40,25	155,64	1114,38	1
Итого за день 127,80 рубля								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Меню
ШКОЛЫ №2

ПОНЕДЕЛЬНИК

03 марта 2023г. - 07 марта 2023г.

Рацион: 5-11_ДОВ3_В.Салда_

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная из пшена с маслом	250/10	11,72	14,92	53,02	359,48	1,32	173
	Кофейный напиток с молоком	200	1,17	2,58	15,96	107	1,31	379
	Хачапури с сыром	70	0,52	19,54	29,55	372,87	0,24	27
	Хлеб пшеничный	30	1,43	0,92	14,37	73	0,05	27
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66	0,05	27
Итого за Завтрак		29,23	38,15	118,9	800,83			
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	5,5	6,63	25,6	2,2	102	
	Гречки	20	2,4	0,4	0,85	63		371
	Гуляш свиная	60/60	14,51	35,77	51	387,89	3	260
	Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)	180	13,96	11,62	75,48	462,23		171
	Кисель "Витощка"	200				24	95	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		41,48	59,95	222,84	1408,12	23		
Итого за день			307,80 рубля					

Рацион: 5-11_ДОВ3_В.Салда_

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Зразы рубленные (свин.)	100	11,72	22,72	16,58	317,16	1,32	274
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Сосис красная основная	20	0,19	1,04	1,48	16,9	0,9	326
	Комлот из облепихи	200	0,2	0,1	29,9	113		54,9
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,95	44		
Итого за Завтрак		22,06	30,58	103	836,07	28		
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68	82,02
	Шницель (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	356		268,04
	Рагу из овощей	180	3,02	4,74	18,42	117,66	21,48	143
	Напиток из плодов шиповника	200	0,69	0,14	35,25	143,8	0,6	386
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
	Итого за Обед		23,66	37,02	133,42	907,28		
Итого за день			307,80 рубля					

Рацион: 5-11_ДОВ3_В.Салда_

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Запеканка из творога с рисом	180	9,47	13,65	48,95	361,72	0,07	15,5
	Молоко сгущенное	20	1,44	6	11,2	98	0,2	
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	35	1,67	1,05	17,43	77		
	Булочка с корицей	75	5,69	4,64	38,25	220,76		438
	Итого за Завтрак		21,57	25,35	150,03	913,48		
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	2,65	2,78	24,23	172	16,5	103,03
	Шницель (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	356		268,03
	Рис отваренный с овощами	180	8,2	7,19	34,24	226,06	3,26	205
	Комлот из яблок (заморожен)	200	0,68	0,14	35,25	143,8	0,6	386,06
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
	Итого за Обед		27,76	37,37	154,17	1059,88		
Итого за день			307,80 рубля					

Рацион: 5-11_ДОВ3_В.Салда_

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Суфле из отварной рыбы (филе рыбы лососевых пород) с рисом паровое	100	15,74	12	9,3	208,26		235,02
	Пюре картофельное	180	3,77	6,12	58,5	273,02	21,84	312
	Комлот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,06	29	108	1,49	349
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
	Итого за Завтрак		24,2	20,04	130,94	751,28	24,39	
Обед	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250/10	5,6	5,1	47,93	218,99	8,39	96,02
	Плов с куриным филе wу	280	27,18	31,6	87,04	700,99	9,11	281,01
	Кисель "Витощка"	200			24	95	20	352
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
	Итого за Обед		37,41	38,56	193,11	1176,98	20	
Итого за день			307,80 рубля					

Рацион: 5-11_ДОВ3_В.Салда_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет натуральный	200	16,35	31,65	25,8	380,66	0,35	284
	Булочка с маком	100	7,32	6,52	56,4	312,32		424
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,95	0,6	9,95	44		
Итого за Завтрак		29,13	39,85	121,56	869,28			
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250/10	7,6	4,93	21,51	138	158,01	86,02
	Котлета (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	356		268,05
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	10,99	8,2	45,37	350,36	2,7	44
	Комлот из изюма	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
	Итого за Обед		36,48	40,25	155,64	1114,38	1	
Итого за день			307,80 рубля					

Зав. производством

Ю. А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК



Рацион: 1_Комплекс_№2_

03 марта 2025г. - 07 марта 2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Курица тушеная в соусе	50/50	10,62	10,5	9,5	150,76	2,94	288
	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
	Булочка домашняя с помадкой	50	3,48	3,1	26,8	148,37		424,01
	Чай с лимоном	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.			19,26	20,39	121,52	685,55	6	
Итого за день 120,00 рублей								

Рацион: 1_Комплекс_№2_

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Гуляш свинина	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
	Гребешок с повидлом	50	2,8	1,08	23,6	115,34		406
Итого за Обед.			24,14	37,43	94,43	863,57	3,44	
Итого за день 120,00 рублей								

Рацион: 1_Комплекс_№2_

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Плов с куриным филе в/у	200	19,42	22,57	62,17	500,7	6,5	291,01
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Булочка с корицей	100	7,59	6,19	51	294,35		438
	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.			31,05	30,22	172,79	1054,85		
Итого за день 120,00 рублей								

Рацион: 1_Комплекс_№2_

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Азу по-татарски (свинина)	200	13,21	7,15	3,72	134,88	1	637
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Пицца домашняя	50	4,95	8,13	14,17	149,5	0,1	413,04
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.			21,62	16,66	57,25	460,38	1	
Итого за день 120,00 рублей								

Рацион: 1_Комплекс_№2_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Зразы рубленые (свин.)	100	11,72	22,72	16,58	317,18	1,32	274
	Пюре картофельное	100	2,09	3,4	32,5	151,68	12,13	312
	Капуста тушеная	100	7,12	7,12	19,45	126,12	17,2	139
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Булочка домашняя	50	3,66	3,26	28,2	156,16		424
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
	Итого за Обед.			28,41	37,92	154,21	999,14	
Итого за день 120,00 рублей								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Меню

ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК

06 марта 2025г. - 07 марта 2025г.

Рацион: 2_Комплекс_№2_

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с бобовыми	250	5,5	9,1	66,13	216	2,2	102
	Гренки	20	2,4	0,4	12,6	63		371
	Курица тушеная в соусе	50/50	10,62	10,5	9,5	150,76	2,94	288
	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
	Булочка домашняя с помадкой	50	3,48	3,1	26,8	148,37		424,01
	Чай с лимоном	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.			27,63	30,09	205,23	986,55	6	
Итого за день 145,00 рублей								

Рацион: 2_Комплекс_№2_

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68	82,02
	Гуляш свинина	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	260
	Макаронные изделия отварные	180	6,59	5,4	31,68	272,99		309
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
	Гребешок с повидлом	50	2,8	1,08	23,6	115,34		406
	Итого за Обед.			25,87	42,31	113,73	991,37	2
Итого за день 145,00 рублей								

Рацион: 2_Комплекс_№2_

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	2,65	2,78	24,23	172	16,5	103,03
	Плов с куриным филе в/у	200	19,42	22,57	62,17	500,7	6,5	291,01
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Булочка с корицей	100	7,59	6,19	51	294,35		438
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
	Итого за Обед.			33,7	33	197,02	1226,85	
Итого за день 145,00 рублей								

Рацион: 2_Комплекс_№2_

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250/10	5,6	5,1	47,93	218,99	8,39	96,02
	Азу по-татарски (свинина)	200	13,21	7,15	3,72	134,88	1	637
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Пицца домашняя	50	4,95	8,13	14,17	149,5	0,1	413,04
	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.			27,22	21,76	105,18	679,37	1	
Итого за день 145,00 рублей								

Рацион: 2_Комплекс_№2_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
Обед.	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250/10	7,6	4,93	21,51	138	158,01	88,02	
	Зразы рубленые (свин.)	100	11,72	22,72	16,58	317,18	1,32	274	
	Пюре картофельное	100	2,09	3,4	32,5	151,68	12,13	312	
	Капуста тушеная	100	7,12	7,12	19,45	126,12	17,2	139	
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	33,12	132		348	
	Булочка домашняя	50	3,66	3,26	28,2	156,16		424	
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05		
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44			
	Итого за Обед.			36,01	42,85	175,72	1137,14		
	Итого за день 145,00 рублей								

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2



Рацион: 3_Комплекс_№2_

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с бобовыми	250	5,5	9	66,13	216	2,2	102
	Гренки	20	2,4	0,4	12,6	63		371
	Булочка домашняя с помадкой	100	6,96	6,2	53,6	296,73		424,01
	Кисель "Витошка"	200			24	95	20	352
	Хлеб ржаной	35	1,67	1,05	17,43	77		
Итого за Обед.			16,53	16,65	173,76	747,73	20	

Итого за день 75,00 рублей

Рацион: 3_Комплекс_№2_

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	10,68	82,02
	Гребешок с повидлом	75	4,2	1,63	35,4	173,01		406
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	25	2	0,6	12	60	0,04	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.			8,99	7,77	91,66	464,81		

Итого за день 75,00 рублей

Рацион: 3_Комплекс_№2_

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	300	3,18	3,34	29,08	206,4	19,8	103,03
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,8	0,6	388,06
	Булочка с корицей	100	7,59	6,19	51	294,35		438
	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.			14,81	10,99	139,7	760,55		

Итого за день 75,00 рублей

Рацион: 3_Комплекс_№2_

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250/10	5,6	5,1	47,93	218,99	8,39	96,02
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Пицца домашняя	50	4,95	8,13	14,17	149,5	0,1	413,04
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	66		
Итого за Обед.			15,28	15,15	111,24	590,49		

Итого за день 75,00 рублей

Рацион: 3_Комплекс_№2_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Обед.	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250/10	7,6	4,93	21,51	138	158,01	88,02
	Компот из изюма	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Булочка домашняя	75	5,49	4,89	42,3	234,24		424
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,48	9,6	48	0,03	
	Хлеб ржаной	20	0,96	0,6	9,96	44		
Итого за Обед.			16,11	11	116,49	596,24		

Итого за день 75,00 рублей

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428929

Владелец Калиенко Рената Фёдоровна

Действителен с 01.11.2024 по 01.11.2025