

УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах
Р.Ф. Калинин

Район: 5-11_ДОВЗ_В.Салда_

Меню
ШКОЛ №2

09 февраля 2026г. -14 февраля 2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша вязкая молочная из пшеницы мягкой	250/10	14,32	14,32	23,02	355,46		173	
	Напиток "Витоща Лайт"	200			18	172		352,03	
	Булочка домашняя	60	4,35	3,91	33,84	187,39		424	
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05		
	Хлеб ржаной	10	0,96	0,6	9,96	44			
Итого за Завтрак			19,47	19,55	126,22	734,85	25		
Обед.	Суп картофельный с бобовыми в/у	250	5	9	48	216		102	
	Говени	20	2,4	0,4	12,6	63		371	
	Гуляш свиная	50/50	12,09	29,81	4,59	323,24	2	280	
	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	
	Фрукт свежий*	1	0,8	0,8	19,6	94			
	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.			36,91	52,77	192,83	1310,47	32,56	
	Итого за день			56,38	72,32	319,05	2045,32	57,56	

Район: 5-11_ДОВЗ_В.Салда_

ПОНЕДЕЛЬНИК

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	
	Чай с лимоном	200/7	0,21	0,03	16	65	2,83	377	
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06		
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,84	66			
Итого за Завтрак			23,15	30,01	98,4	817,17			
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне в/у	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	7,63	82,04	
	Шницели (свинина)	100	14,96	27,94	28,93	391,6		268,04	
	Булгур с овощами в/у	180	6,44	12,52	33,54	285,12	3,26		
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,14	35,26	143,6	0,6	388	
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,96	19,2	96	0,06		
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,84	66			
	Итого за Обед.			28,44	47,34	151,17	1110,32		
	Итого за день			51,59	77,35	249,57	1927,49	57,56	

Район: 5-11_ДОВЗ_В.Салда_

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Запеканка из творога с рисом	200	10,52	15,17	54,39	401,91	0,08	15,5
	Соус молочный (слизкий)	50	0,05	0,11	0,33	2,54	0,01	327
	Чай с сахаром	200	0,1	0,06	15	60	0,03	376
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,54	10,8	54	0,05	
	Хлеб ржаной	20	0,5	0,32	5,24	23,18		
	Булочка с корицей	50	3,79	3,09	25,5	147,17		438
Итого за Завтрак			16,76	18,29	111,26	688,8		
Обед.	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне в/у	300	3,18	3,34	29,08	206,4	19,8	103,05
	Плов из Бройлер-цыплят в/у	220	21,4	24,8	88,36	550,82	6,61	291
	Компот из ягод (заморозка)	200	0,68	0,14	35,26	143,6	0,6	388,06
	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,72	14,4	72	0,06	
	Хлеб ржаной	40	1,1	0,64	10,48	48,38		
	Итого за Обед.			28,96	29,84	157,59	1019,38	27,07
Итого за день			45,72	48,13	268,85	1708,18	54,14	

Район: 5-11_ДОВЗ_В.Салда_

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое	100	2,87	7,13	9,3	161,47	1	235
	Пюре картофельное в/у	180	4,46	7,34	70,13	327,8	36,86	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	14,84	66		
	Итого за Завтрак			12,02	16,39	142,57	759,07	
Обед.	Рассольник ленинградский на курином бульоне в/у	250/10	5,6	5,1	47,93	218,99	16	96,04
	Паста Болоньезе с курицей в/у	280	22,06	9,63	43,34	349,78	10,68	54,01
	Напиток "Витоща Лайт"	200			18	172		352,03
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,84	66		
Итого за Обед.			31,49	16,35	138,61	778,77	26,73	
Итого за день			43,51	32,74	281,18	1537,84	53,87	

Район: 5-11_ДОВЗ_В.Салда_

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Смлет натуральный	200	18,34	31,84	25,8	380,96	0,34	284
	Булочка домашняя	100	7,32	6,52	56,4	312,92		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			29,12	39,84	121,56	869,28		
Обед.	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне в/у	250/10	7,6	4,93	21,51	138	7,5	88,04
	Котлета (свинина)	100	13,6	25,4	26,3	358		268,05
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами в/у	180	10,89	9,2	45,37	350,38	2,7	44
	Компот из яблок	200	0,46	0,1	33,12	132		348
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	0,05	
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,84	66		
Итого за Обед.			36,48	40,25	155,64	1114,38	1	
Итого за день			65,6	80,09	277,2	1983,66	54,87	

Район: 5-11_ДОВЗ_В.Салда_

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная из риса с маслом	250/10	2,18	2,76	9,2	45,8	0,16	174
	Сыр (попайки)	30	7,92	7,98		103,08	0,24	15
	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	30	1,43	0,9	14,84	66		
Итого за Завтрак			15,33	13,96	56,24	377,88		
Обед.	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне в/у	250/10	1,73	4,88	19,3	127,8	7,63	82,04
	Плов из Бройлер-цыплят в/у	280	27,24	31,56	87	701,03	8,41	291
	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	14,84	66		
	Итого за Обед.			32,9	38,12	150,64	1026,83	
Итого за день			48,23	52,08	206,88	1404,71	54,87	

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова