



Рацион: 1-4_ГПД_В.Салда_№2

Меню
ШКОЛА №2
ПОНЕДЕЛЬНИК
18 мая 2026г. -22 мая 2026г.

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------------------------|--|-------------|------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Обед. | Суп картофельный с бобовыми в/у | 200 | 4 | 3,21 | 15,94 | 172,8 | | 102 |
| | Гренки | 20 | 2,4 | 0,91 | 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. | | | 32,78 | 48,23 | 151,45 | 1096,23 | 10,26 | |
| 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 215,00 рублей | | | | | | | | |

Рацион: 1-4_ГПД_В.Салда_№2

ВТОРНИК

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------------------------|---|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-----------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Обед. | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне в/у | 200/10 | 1,4 | 3,94 | 15,59 | 103,22 | 6,16 | 82,04 |
| | 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 "Витощка Лайт" | 200 | | | 18 | 72 | | 352,03 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,4 | 0,72 | 14,4 | 72 | 0,05 | |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,43 | 0,9 | 14,94 | 66 | | |
| | Итого за Обед. | | | 21,27 | 30,51 | 104,25 | 826,17 | 25 |
| 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 215,00 рублей | | | | | | | | |

Рацион: 1-4_ГПД_В.Салда_№2

СРЕДА

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------------------------|--|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-----------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Обед. | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне в/у | 200/10 | 6,14 | 3,98 | 17,37 | 111,46 | 6,06 | 88,04 |
| | Шницели (свинина) | 90 | 13,46 | 25,15 | 26,04 | 352,44 | | 268,04 |
| | Пюре картофельное в/у | 150 | 3,72 | 6,12 | 58,44 | 273 | 30,72 | 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. | | | 27,14 | 36,67 | 159,33 | 984,9 | |
| 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 215,00 рублей | | | | | | | | |

Рацион: 1-4_ГПД_В.Салда_№2

ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------------------------|---|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-----------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Обед. | Рассольник ленинградский на курином бульоне в/у | 250/10 | 5,6 | 5,1 | 47,93 | 218,99 | 16 | 96,04 |
| | Плов из бройлер-цыплят в/у | 200 | 19,46 | 22,54 | 62,14 | 500,73 | 6,01 | 291 |
| | Компот из ягод (заморозка) | 200 | 0,68 | 0,14 | 35,26 | 143,8 | 0,6 | 388,06 |
| | 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. | | | 28,3 | 28,86 | 164,89 | 955,52 | 22,64 |
| 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 215,00 рублей | | | | | | | | |

Рацион: 1-4_ГПД_В.Салда_№2

ПЯТНИЦА

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------------------------|--|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-----------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Обед. | Суп из овощей на курином бульоне в/у | 200/10 | 1,28 | 4,03 | 7,39 | 76,93 | 8,38 | 99,04 |
| | 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 | 20 | 1,6 | 0,48 | 9,6 | 48 | 0,03 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,96 | 0,6 | 9,96 | 44 | | |
| | Итого за Обед. | | | 56,18 | 47,86 | 114,21 | 1076,62 | |
| 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 215,00 рублей | | | | | | | | |

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова