УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2

Е.О. Розенбах
Г.Ф. Калиенко

# Меню
## ШКОЛА №2
### ПОНЕДЕЛЬНИК

28 сентября 2026г. -02 октября 2026г.

Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда_2см_

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая | Витамин С | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Обед. | | | | | | | | |
| | Суп картофельный с бобовыми_в/у | 200 | 4 | 7,2 | 36,8 | 172,8 | | 102 |
| | Гренки_ | 20 | 2,4 | 0,6 | 12,6 | 68 | | 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 | 30 | 1,8 | 0,54 | 10,8 | 54 | 0,04 | |
| | Хлеб ржаной | 30 | 0,75 | 0,47 | 7,87 | 34,77 | | |
| Итого за Обед. | | | 32,77 | 48,16 | 150,56 | 1093 | 10,27 | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Булочка домашняя с помадкой_ | 100 | 6,96 | 6,2 | 53,6 | 296,73 | | 424,01 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,96 | 101 | 1,3 | 379 |
| Итого за Полдник | | | 10,13 | 8,88 | 69,56 | 397,73 | 1,3 | |
| Итого за день 198,31 рублей | | | | | | | | |

Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда_2см_ 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_в/у | 200/10 | 1,4 | 3,94 | 15,59 | 103,22 | 6,16 | 82,04 |
| | Зразы рубленые (свин.)_ | 90 | 9,5 | 18,41 | 13,43 | 256,91 | 1,07 | 274 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 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 | 30 | 1,8 | 0,54 | 10,8 | 54 | 0,04 | |
| | Хлеб ржаной | 30 | 0,75 | 0,47 | 7,87 | 34,77 | | |
| Итого за Обед. | | | 20,72 | 28,9 | 114,63 | 865,69 | | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Гребешок с повидлом_ | 100 | 5,6 | 2,17 | 47,2 | 230,68 | | 406 |
| | Чай с лимоном_ | 200/7 | 0,21 | 0,03 | 16 | 65 | 2,83 | 377 |
| Итого за Полдник | | | 5,81 | 2,2 | 63,2 | 295,68 | 7,6 | |
| Итого за день 198,31 рублей | | | | | | | | |

Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда_2см_ 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_в/у | 250 | 2,65 | 2,78 | 24,23 | 172 | 16,5 | 103,05 |
| | Плов из бройлер-цыплят_в/у | 200 | 19,46 | 22,54 | 62,14 | 500,74 | 6,01 | 291 |
| | Компот из ягод (заморозка)_ | 200 | 0,68 | 0,14 | 35,26 | 143,8 | 0,6 | 388,06 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,8 | 0,54 | 10,8 | 54 | 0,05 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,5 | 0,32 | 5,24 | 23,18 | | |
| Итого за Обед. | | | 25,09 | 26,32 | 137,67 | 893,72 | 23,16 | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Запеканка из творога с рисом_ | 150 | 7,89 | 11,38 | 40,79 | 301,43 | 0,06 | 15,5 |
| | Соус молочный (сладкий) | 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 |
| Итого за Полдник | | | 8,04 | 11,55 | 56,12 | 363,97 | 0,1 | |
| Итого за день 198,31 рублей | | | | | | | | |

Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда_2см_ ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая | Витамин С | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Обед. | | | | | | | | |
| | Рассольник ленинградский на курином бульоне_в/у | 200/10 | 4,52 | 4,12 | 38,71 | 176,88 | 12,92 | 96,04 |
| | Суфле из рыбы (минтай) с рисом паровое | 90 | 2,58 | 6,42 | 8,37 | 145,32 | 0,9 | 235 |
| | Пюре картофельное_в/у | 150 | 3,72 | 6,12 | 58,44 | 273 | 30,72 | 312 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,06 | 0,06 | 29 | 108 | 1,49 | 349 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,2 | 0,36 | 7,2 | 36 | 0,03 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,5 | 0,32 | 5,24 | 23,18 | | |
| | Фрукт свежий* | 1 | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 94 | | |
| Итого за Обед. | | | 13,38 | 18,2 | 166,56 | 856,38 | 66,06 | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Пицца домашняя_ | 100 | 9,9 | 16,26 | 28,34 | 299 | 0,2 | 413,04 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0,06 | 15 | 60 | 0,03 | 376 |
| Итого за Полдник | | | 10 | 16,32 | 43,34 | 359 | 0,23 | |
| Итого за день 198,31 рублей | | | | | | | | |

Рацион: 1-4_ДОВЗ_В.Салда_2см_ 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_в/у | 200/10 | 6,14 | 3,98 | 17,37 | 111,46 | 6,06 | 88,04 |
| | Котлета (свинина)_ | 90 | 12,24 | 22,86 | 23,67 | 320,4 | | 268,05 |
| | Каша гречневая рассыпчатая с овощами_в/у | 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 | 1,8 | 0,54 | 10,8 | 54 | 0,04 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 0,5 | 0,32 | 5,24 | 23,18 | | |
| Итого за Обед. | | | 30,3 | 34,63 | 128,01 | 933,02 | 1 | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Булочка домашняя | 100 | 7,32 | 6,52 | 56,4 | 312,32 | | 424 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,1 | 0,06 | 15 | 60 | 0,03 | 376 |
| Итого за Полдник | | | 7,42 | 6,58 | 71,4 | 372,32 | 0,03 | |
| Итого за день 198,31 рублей | | | | | | | | |

Зав. производством _____ Ю.А. Зуйкова