УТВЕРЖДАЮ
СОГЛАСОВАНО Директор школы №2 _____ Е.О. Розенбах
_____ Р.Ф. Калиенко

# Меню
## ШКОЛА №2

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню

ПОНЕДЕЛЬНИК 19 октября 2026г. -23 октября 2026г.

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | 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 | |
| | 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 | | | 11,96 | 8,89 | 92,33 | 531,58 | 1 | |
| Итого за день 99,16 рублей | | | | | | | | |

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню ВТОРНИК

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | Азу по-татарски (свинина)_ | 260 | 17,17 | 9,29 | 4,84 | 175,35 | 1 | 637 |
| | 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 | | | 19,17 | 10,55 | 39,76 | 320,95 | 1 | |
| Итого за день 99,16 рублей | | | | | | | | |

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню СРЕДА

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | Рагу из овощей_ | 150 | 2,52 | 3,95 | 15,35 | 98,07 | 17,9 | 143 |
| | 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 | | | 5,32 | 6,01 | 69,87 | 337,67 | | |
| Итого за день 99,16 рублей | | | | | | | | |

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | Плов (свин.)_ | 250 | 27,5 | 28,14 | 43,39 | 536,65 | 2,14 | 265 |
| | Кисель "Витошка"_ | 200 | 0,1 | 0,04 | 24 | 95 | 20 | 352 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 2,38 | 1,5 | 24,9 | 107 | | |
| Итого за Завтрак | | | 29,98 | 29,68 | 92,29 | 738,65 | 20 | |
| Итого за день 99,16 рублей | | | | | | | | |

Рацион: 1-4класс_гипоаллергенное меню ПЯТНИЦА

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энерге-тическая ценность (ккал) | 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 99,16 рублей | | | | | | | | |

Зав. производством _____ Ю.А. Зуйкова