

Согласовано:

Директор
МБОУ СОШ № 7
Е.И. Бондаренко



Утверждаю:

и.о. директора

МКУ "КП и СП"
До
Шулецов В.В.



"05" 12 2024г

**МЕНЮ
для организованного питания
детей участников СВО
1 смена**

1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
понедельник												
Завтрак												
котлета рубленая из птицы					230,0	716,0	748,0	42,0	0,0	0,0	0,0	498/4
рожки отварные	100	22,0	16,0	18,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	273/96
напиток лимонный	180	4,0	7,0	46,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312 01
батон	200	0,0	0,0	24,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35 02 ттк
итого	75	6,0	2,0	40,0	806,0	2162,0	915,0	75,0	2,0	0,0	6,0	
вторник												
Завтрак												
зразы рубленые из свинины					374,00	1210,00	125,00	49,00	1,00	0,00	4,00	175 05
рис отварной	100	11,00	29,00	16,00	267,0	392,00	528,00	78,00	4,00	0,00	0,00	465/96
напиток из кураги	180	16,0	7,0	37,0	116,00	3,0	265,0	25,0	1,0	0,0	1,0	651/96
хлеб ржаной	200	1,00	0,00	28,00	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	25	3,0	1,0	16,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01 ттк
итого	50	4,0	2,0	26,0	980,00	2055,0	1083,0	176,0	8,0	0,0	5,0	
среда												
Завтрак												
мясные ежики (с)					283,0	707,0	214,0	20,0	1,0	0,0	1,0	379 23
пюре картофельное по-домашнему	100	16,0	19,0	13,0	180,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226 03 ттк
напиток из смеси сухофруктов	180	4,0	7,0	23,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96
батон оздоровительный	200	3,0	0,0	26,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882 06
итого	75	5,0	2,0	36,0	816,0	1866,0	1308,0	65,0	3,0	0,0	37,0	
четверг												
Завтрак												
котлета рябушка					262,00	733,00	88,00	46,00	1,00	0,00	1,00	526 06
каша гречневая рассыпчатая	100	22,00	10,00	18,00	266,00	700,00	204,00	20,00	4,00	0,00	0,00	465/96
напиток яблочный	180	7,00	12,00	34,00	111,0	7,00	70,00	4,00	1,00	0,00	4,00	190
хлеб ржаной	200	2,0	0,0	27,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	25	3,0	1,0	16,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01 ттк
итого	50	4,0	2,0	26,0	862,00	1890,0	527,0	94,0	8,0	0,0	5,0	
пятница												
Завтрак												
котлета московская (К)					283,00	707,0	214,0	20,0	1,0	0,0	1,0	379 23
рожки отварные	100	16,00	19,00	13,00	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	273/96
напиток из плодов шиповника	180	4,0	7,0	46,0	96,0	0,0	27,0	7,0	0,0	0,0	0,0	311
хлеб ржаной	200	0,0	0,0	20,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	25	3,0	1,0	16,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01 ттк
итого	50	4,0	2,0	26,0	876,0	2367,0	472,0	64,0	4,0	0,0	0,0	
суббота												
Завтрак												
биточек рубленый из свинины					405,0	1281,0	71,0	47,0	2,0	0,0	0,0	416/96
пюре гороховое по-домашнему	100	14,0	31,0	18,0	158,0	785,0	293,0	43,0	3,0	0,0	0,0	284 01 ттк
напиток апельсиновый	180	9,0	4,0	20,0	100,0	3,0	44,0	8,0	0,0	0,0	13,0	312
батон	200	0,0	0,0	26,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35 02 ттк
итого	75	6,0	2,0	40,0	867,0	2303,0	482,0	111,0	6,0	0,0	13,0	
итого за 6 дней	555	29,0	37,0	104,0	8207,0	23030,0	4820,0	1110,0	6,0	0,0	13,0	
среднее значение за период					868,0							

Прием пищи	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептуры	
			белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C		
2 неделя														
понедельник														
Завтрак														
	котлета домашняя (с)													
	рис отварной	100	12,0	31,0	12,0	377,0	694,0	237,0	16,0	2,0	0,0	0,0		
	Компот из изюма	180	16,00	7,00	37,00	267,00	392,0	528,0	78,0	4,0	0,0	0,0	476/97	
	батон	200	0,0	0,0	28,0	109,0	24,00	32,00	16,00	0,00	0,00	0,00	465/96	
	батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	702/97	
	итого	555	34,0	40,0	117,0	959,0	1344,0	871,0	123,0	7,0	0,0	0,0	35 02	ТТК
вторник														
Завтрак														
	зразы ленивые (с)													
	каша гречневая рассыпчатая	100	11,00	28,00	16,00	360,00	689,00	282,00	49,00	2,00	0,00	4,00	300,1	
	напиток апельсиновый	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4	
	хлеб ржаной	200	0,0	0,0	26,0	100,0	3,0	44,0	8,0	0,0	0,0	13,0	312	
	батон	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299	
	батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01	ТТК
	итого	555	25,0	43,00	118,0	949,0	1842,0	695,0	101,0	8,0	0,0	17,0		
среда														
Завтрак														
	кнели студенческие из горбуши													
	пюре картофельное по-домашнему	100	18,0	9,0	7,0	185,0	505,0	46,0	31,0	0,0	0,0	0,0	729,04	
	напиток из смеси сухофруктов	180	4,0	6,0	29,0	191,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226 03	ТТК
	батон оздоровительный	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96	
	батон	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882,06	
	итого	555	30,0	17,0	98,0	729,0	1664,0	1140,0	76,0	2,0	0,0	36,0		
четверг														
Завтрак														
	шницель по-кумарски													
	рожки отварные	100	16,0	19,0	14,0	283,0	664,0	219,0	35,0	1,0	0,0	1,0	474,03	
	напиток из кураги	180	4,0	7,0	46,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	273/96	
	хлеб ржаной	200	1,0	0,0	28,0	116,0	3,0	265,0	25,0	1,0	0,0	1,0	651/96	
	батон	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299	
	батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01	ТТК
	итого	555	24,0	29,0	130,0	896,0	2327,0	715,0	97,0	5,0	0,0	2,0		
пятница														
Завтрак														
	биточек рубленый из птицы													
	рис припущенный	100	19,00	10,00	18,00	234,00	788,0	311,0	54,0	2,0	0,0	0,0	498/4	
	напиток из плодов шиповника	180	2,00	11,00	25,00	209,00	2,0	31,0	1,0	0,0	0,0	0,0	4,85	
	хлеб ржаной	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,0	27,0	7,0	0,0	0,0	0,0	773/ТТК	
	батон	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299	
	батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35 01	ТТК
	итого	555	28,0	24,0	105,0	762,0	1240,0	534,0	86,0	4,0	0,0	0,0		
суббота														
Завтрак														
	котлета московская (К)													
	каша гречневая рассыпчатая	100	16,0	19,0	13,0	283,0	707,0	214,0	20,0	1,0	0,0	1,0	379,23	
	напиток яблочный	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4	
	батон	200	2,0	0,0	27,0	111,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0	190	ТТК
	батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35 02	ТТК
	итого за 6 дней	555	31,0	33,0	114,0	866,0	1667,0	590,0	118,0	7,0	0,0	2,0		
среднее значение за период						5161,0								
						860,0								

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная

- режисен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептов 1996г, 1997г, 2004г ТТК

В примерном меню допускается замена продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов

главный технолог *Исупова Л.И.*