

"Согласовано"

Директор МБОУ СШ №2

2023 год

Андреянова М.Ю.

"Утверждаю"

Директор ООО кафе "Встреча"

2023 год

Е.Ю. Лемехова

МЕНЮ

для школьного питания на 2022-2023 учебный год г.Родники

Первая неделя

обед

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен Ккал	ЦЕНА
Понедельник							
	Икра кабачковая	50		2,27	13,71	83,8	9,64
8	сосиски отварные 1 шт	50	10	13	3	230	23,52
17	рис отварной	масло сл	150	5,52	4,52	26,45	17,86
19	Компот из СВ ФРУКТОВ	200	0,04		24,7	117,75	8,20
	сыр порционный	10	3,3	4,2	0,5	51,86	8,32
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4
	Итого		22,86	32,49	92,06	840,66	71,54
Вторник							
9	плов с курицей	200	8,2	6,4	11,8	136	47,10
	огурец свежий	50		0,4	1,5	8	12,24
19	Компот из СВ ФРУКТОВ	200			24,7	117,75	8,20
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		12,2	15,3	61,7	450,55	71,54
Среда							
	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	50	17,85	4,2	0,078	280	27,23
16	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	24,53	164,7	22,69
20	Чай каргаде с сахаром	200			14	28	5,01
	ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	1 ШТ			15	61	12,61
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		24,91	17,5	77,308	722,5	71,54
Четверг							
12/а	Пудинг творожный запеч, со сгущ молок	150/20	22	14	58,91	450	50,19
20	Чай с сахаром	200			14	28	4,00
	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	15	4,64	5,9		72,8	5,03
	сыр порционный	10	3,3	4,2	0,5	51,86	8,32
3	хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		33,94	32,6	97,11	791,46	71,54
Пятница							
	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ ГОВЯДИНА	60	13	14,8	13,5	251,6	41,62
	ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОН	200/10/10			14	28	6,91
20	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	150/10	4	0,6	26	121	13,60
	ПРЯНИКИ	1 ШТ	4,64	5,9		146,3	5,41
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		25,64	29,8	77,2	735,7	71,54
Суббота							
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ МАСЛО СЛИВ	110	15,4	9	2	180	37,52
	сыр порционный	10	3,3	4,2	0,5	51,86	8,32
	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	2,4	2,1	9,2	64,2	8,20
9	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	50			24,7	63	13,50
	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
3	Итого		25,1	23,8	60,1	547,86	71,54

"Согласовано"

Директор МБОУ СШ №2

2023 год

Андреянова М.Ю.



"Утверждаю"

Директор ООО кафе "Встреча"

2023 год

Е.Ю. Лемехова



МЕНЮ

Для школьного питания на 2022-2023 учебный год г.Родники

Вторая неделя

обед

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен Ккал	ЦЕНА
Понедельник							
2	Икра кабачковая	50		2,27	13,71	83,8	9,64
17	сосиска молочная	1шт	4,64	5,9		72,8	23,52
19	рис отварной	масло сл 150	5,52	4,52	26,45	168,45	17,86
3	Компот из СВ ФРУКТОВ	200	0,04		24,7	117,75	8,20
	сыр порционный	10	3,3	4,2	0,5	51,86	8,32
	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4
	Итого		17,5	25,39	89,06	683,46	71,54
Вторник							
9	гуляш из курицы	50	8,32	6,5	37,8	219	33,63
16	рожки отварные	150	4	0,6	26	121	8,79
	помидор св	50		3,1	12,27	32	8,26
20	кофейный напиток	200			14	28	16,86
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		16,32	18,7	113,77	588,8	71,54
Среда							
	колбаса докторская	50	6,4	11,1	0,8	128,5	31,52
16	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	24,53	164,7	22,69
20	Чай каргаде с сахаром	200			14	28	5,01
	печенье сахарное	30	5,4	5	17,5	146,5	8,32
	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		18,86	29,4	80,53	656,5	71,54
Четверг							
8	биточек мясной говядина	50	9,5	10,3	4,5	170,7	44,67
17	рис отварной	масло сл 150	5,52	4,52	26,45	168,45	17,86
	чай каркаде	200			81,5	309	5,01
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		19,02	23,32	136,15	836,95	71,54
Пятница							
	ЖАРКОЕ (Картофель тушеный с курицей)	150/50	11,5	5,8	13,5	170,9	54,27
20	чай каргаде	200	0,04		24,7	117,75	5,01
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
2	фрукт сезонный	1шт			15	61	8,26
	Итого		15,54	14,3	76,9	538,45	71,54
Суббота							
	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ ГОВЯДИНА	60	13	14,8	13,5	251,6	41,62
	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10		3,1	12,27	32	4,00
20	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	150/10	4	0,6	26	121	13,60
	ПРЯНИКИ	2 ШТ	4,64	5,9		146,3	8,32
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		25,64	32,9	75,47	739,7	71,54

"Согласовано"

Директор МБОУ СШ №2

2023 год

Андреянова М.Ю.

"Утверждаю"

Директор ООО кафе "Встреча"

2023 год

Е.Ю. Лемехова

МЕНЮ

для школьного питания на 2022-2023 учебный год г.Родники

Первая неделя

завтраки

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энер.цен Ккал	ЦЕНА
Понедельник							
6	Каша рисовая молочная жидкая масло сл	200/10	3,02	2,13	24,19	126,84	23,44
21	Чай с сахаром	200			14	28	4,00
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
8	сосиска молочная отварная 1шт	50	10	13	3	230	23,52
	сыр порционный	10					8,32
2	масло сливочОЕ	10	4,64	5,9		72,8	8,26
	Итого		21,66	29,53	64,89	646,44	71,54
Вторник							
9	плов с курицей	200	8,2	6,4	11,8	136	47,10
	огурец свежий	50		0,4	1,5	8	12,24
19	Компот из СВ ФРУКТОВ	200			24,7	117,75	8,20
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		12,2	15,3	61,7	450,55	71,54
Среда							
	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	50	17,85	4,2	0,078	280	27,23
16	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	24,53	164,7	22,69
20	Чай каргаде с сахаром	200			14	28	5,01
	ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	1ШТ			15	61	12,61
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		24,91	17,5	77,308	722,5	71,54
Четверг							
12/а	Пудинг творожный запеч, со сгущ молок	150/20	22	14	58,91	450	50,19
20	Чай с сахаром	200			14	28	4,00
	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	15	4,64	5,9		146,3	5,03
	сыр порционный	10					8,32
3	хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		30,64	28,4	96,61	813,1	71,54
Пятница							
	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ ГОВЯДИНА	60	13	14,8	13,5	251,6	41,62
	ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОН	200/10/10			14	28	6,91
20	РОЖКИ ОТВАРНЫЕ	150/10	4	0,6	26	121	13,60
	ПРЯНИКИ	1 ШТ					5,41
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		21	23,9	77,2	589,4	71,54
СУББОТА							
9	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ МАСЛО СЛИВ	110	15,4	9	2	180	37,52
	сыр порционный	10					8,32
	КАКАО НА МОЛОКЕ	200	2,4	2,1	9,2	64,2	8,20
19	ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК	50			24,7	63	13,50
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		21,8	19,6	59,6	496	71,54

"Согласовано"

Директор МБОУ - СШ №2

2023 год

Андреева М.Ю.

"Утверждаю"

Директор ООО кафе "Встреча"

2023 год

Лесихова Е.Ю. Лемехова

МЕНЮ

для школьного питания на 2022-2023 учебный год г.Родники

завтраки

Вторая неделя

№ рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энер.цен Ккал	ЦЕНА
Понедельник							
6	Каша гречневая молочная жидкая масло сл	200/10	7,01	8,09	28,39	213	23,44
3	Масло сливочное	10	4,64	5,9		72,8	8,26
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
20	Чай с сахаром	200/10			14	28	4,00
	сыр порционный	10					8,32
2	сосиска молочная 1шт	50	4,64	5,9		72,8	23,52
	Итого		20,29	28,39	66,09	575,4	71,54
Вторник							
9	гуляш из курицы	50	8,32	6,5	37,8	219	33,63
16	рожки отварные	150	4	0,6	26	121	8,79
	масло сливочное	10	4,64	5,9		72,8	8,26
20	кофейный напиток	200			14	28	16,86
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		20,96	21,5	101,5	629,6	71,54
Среда							
6	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАС. СЛ	200/10	7,01	8,09	28,39	213	24,60
3	Масло сливочное	10	4,64	5,9		72,8	8,26
8	сыр порционный	15	3,3	4,2	0,5	51,86	10,54
	печенье сахарное	50	5,4	5	17,5	146,5	12,61
19	Компот из сухофруктов	200	0,1		10,4	41,3	11,47
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		24,45	31,69	80,49	714,26	71,48
Четверг							
8	биточек мясной говядина	50	9,5	10,3	4,5	170,7	44,67
17	рис отварной масло сл	150	5,52	4,52	26,45	168,45	17,86
	чай каркаде	200			81,5	309	5,01
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		19,02	23,32	136,15	836,95	71,54
Пятница							
	ЖАРКОЕ (Картофель тушеный с курицей)	150/50	11,5	5,8	13,5	170,9	54,27
20	чай каркаде	200	0,04		24,7	117,75	5,01
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
2	фрукт сезонный	1шт			15	61	8,26
	Итого		15,54	14,3	76,9	538,45	71,54
суббота							
	колбаса докторская	50	6,4	11,1	0,8	128,5	36,58
	вермишель отварная	150	4	0,6	26	121	14,22
20	чай с сахаром лимон	200/10	0,04		24,7	117,75	8,48
3	Масло сливочное	10	4,64	5,9		72,8	8,26
3	Хлеб пшеничный	40	4	8,5	23,7	188,8	4,00
	Итого		19,08	26,1	75,2	628,85	71,54