



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
НОВОКУЙБЫШЕВСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ
УНИТАРНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ
«Фабрика школьного питания»

8

Согласованно

Директор школы №

Директор школы № 17
г. Новокуйбышевск
Чернышова И.В.



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МУП «ФШП»



Примерное циклическое меню завтраков и обедов на осенне-зимний период учащихся 5 – 11 классов образовательных учреждений, один из родителей (законных представителей) которых относится к категории лиц, принимающих участие в СВО.

г. Новокуйбышевск

Семашкина:

*Председатель Совета родителей
(законных представителей)
обучающихся 5 классов
А.В. Семашкина*

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак							
с5-11кл	Булочка "бутербродная" с сыром	140	18,60	13,50	57,40	420,00	110*/15
	Каша вязкая молочная	230	7,00	13,90	40,25	314,00	173-175
	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,30	151,80	379
	Итого:	570	29,18	30,08	125,95	885,80	
Обед							
с5-11кл	Булочка Домашняя	100	7,50	13,20	60,90	392,00	424
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,60	4,80	11,50	129,00	88
	Биточки с соусом	100	7,10	9,20	10,90	168,00	268
	Картофельное пюре со свеклой отварной	180	3,60	5,20	21,50	168,00	312/2*
	Компот из кураги	200	1,00	0,00	34,00	140,20	348
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Итого:	900	26,10	33,20	167,80	1142,20	
	Итого за день:		55,28	63,28	293,75	2028,00	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5							
Завтрак							
с5-11кл	Рагу из птицы с огурцом свежим	260	18,25	22,07	24,98	372,48	289/71
	Чай с молоком	215	1,40	1,60	17,70	91,00	378
	Хлеб пшеничный	80	6,40	1,00	33,60	170,00	
	Итого:	555	26,05	24,67	76,28	633,48	
Обед							
	Фрукты свежие	100	0,40	0,00	12,60	52,00	338
с5-11кл	Салат из свежей капусты	100	1,40	4,60	10,30	88,00	45
	Рассольник ленинградский	250	1,90	5,20	16,70	136,30	96
	Кнели из птицы с соусом	100	9,88	12,55	0,44	180,00	301/331
	Макаронные изделия отварные	180	6,40	5,80	34,30	215,30	202/309
	Компот из свежих фруктов (яблок)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342
	Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,00	58,50	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	64,00	
	Итого:	990	24,54	28,85	127,94	910,70	
	Итого за день:		50,59	53,52	204,22	1544,18	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 2		100	11,74	3,47	40,40	240,00	410
Завтрак	Ватрушка с творогом	250	10,60	16,60	77,53	364,00	173-175
с5-11кл	Каша вязкая молочная	200	3,70	3,20	26,70	150,80	382
	Какао с молоком	20	1,60	0,27	8,40	42,40	
	Хлеб пшеничный	570	27,64	23,54	153,03	797,20	
	Итого:	75	4,00	1,30	42,70	199,00	406
Обед	Пирожок с джемом	100	1,60	6,00	11,00	104,00	52
с5-11кл	Салат из свеклы отварной	250	1,75	4,90	14,20	109,00	99
	Суп из овощей	180	27,69	36,00	21,30	401,00	284
	Запеканка картофельная с мясом	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349
	Компот из смеси сухофруктов	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб пшеничный	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	Хлеб ржаной	875	40,44	49,00	140,00	1045,60	
	Итого:						
			68,08	72,54	293,03	1842,80	
	Итого за день:						

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 4							
Завтрак							
с5-11кл	Биточки рыбные с соусом	100	7,10	6,80	7,70	160,50	234/330
	Картофельное пюре с огурцом свежим	200	4,13	6,80	24,80	242,00	312
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,80	25,20	127,20	
	Итого:	560	16,13	14,40	72,70	589,70	
Обед							
	Салат Витаминка	100	1,50	5,00	11,00	95,00	1*
с5-11кл	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	5,00	15,00	112,00	82
	Птица тушеная в соусе	120	16,68	18,60	4,56	252,00	290/331
	Макароны отварные	180	6,00	5,80	34,00	215,00	202/309
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Итого:	900	29,78	35,00	106,96	864,20	
	Итого за день:		45,91	49,40	179,66	1453,90	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 5							
Завтрак	Фрукты свежие	100	4,00	0,00	12,60	52,00	338
с5-11кл	Омлет натуральный с икрой свекольной	215	21,62	35,28	11,75	316,42	210
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,80	25,20	127,20	
	Итого:	575	30,52	36,08	64,55	555,62	
Обед	Фрукты свежие	100	0,40	0,00	12,60	52,00	338
с5-11кл	Суп картофельный с пшеном и рыбой	250	4,30	3,98	20,57	135,50	101/226
	Котлета из птицы с соусом	100	10,00	11,00	11,60	186,00	295/331
	Рагу овощное с огурцом свежим	180	2,50	12,50	16,30	183,00	143
	Компот из кураги	200	1,00	0,00	34,00	140,20	348
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,70	
	Итого:	900	23,50	28,28	124,07	842,40	
	<i>Итого за день:</i>		<i>54,02</i>	<i>64,36</i>	<i>188,62</i>	<i>1398,02</i>	
Среднее значение за период 10 дней: для детей 12 лет и старше							
			<i>51,61</i>	<i>54,52</i>	<i>229,32</i>	<i>1619,36</i>	

В питании ежедневно используется йодированная соль и проводится С - витаминизация III блюда.

Технолог: