

Организация АО «Школьный кулинар»  
 МЕНЮ для питания учащихся  
 МБОУ школа № \_\_\_\_\_

Утверждаю \_\_\_\_\_

(подпись директора, ФИО)

« 13 » января 2025 года

День 1-ый Неделя первая

| Дата                            | Школа | Прием пищи | Раздел        | № рец.  | Блюдо                             | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|---------------------------------|-------|------------|---------------|---------|-----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|
|                                 |       |            |               |         |                                   |          |       |              |       |       |          |
| Завтрак 1-4 классы              |       |            | молочн. блюдо | 174     | Каша вязкая молочная рисовая      | 210      | 23,81 | 294          | 6     | 10,85 | 40,16    |
|                                 |       |            |               | ПП      | Блинчики с фруктовым фаршем       | 70       | 35,81 | 149          | 2,62  | 4,86  | 21,5     |
|                                 |       |            | гор.напиток   | 382     | Какао с молоком                   | 200      | 16,55 | 118,6        | 4,08  | 3,54  | 17,58    |
|                                 |       |            | хлеб белый    | ПП      | Батон нарезной                    | 20       | 1,88  | 52,4         | 1,5   | 0,6   | 10,3     |
|                                 |       |            |               |         | ИТОГО:                            | 508      | 78,05 | 614          | 14,2  | 19,85 | 89,54    |
| Завтрак 5-11 льготной категории |       |            | молочн. блюдо | 174     | Каша вязкая молочная рисовая      | 210      | 23,81 | 294          | 6     | 10,85 | 40,16    |
|                                 |       |            |               | ПП      | Блинчики с фруктовым фаршем       | 57       | 29,22 | 149          | 2,62  | 4,86  | 21,5     |
|                                 |       |            | гор.напиток   | 382     | Какао с молоком                   | 200      | 16,55 | 118,6        | 4,08  | 3,54  | 17,58    |
|                                 |       |            | хлеб белый    | ПП      | Батон нарезной                    | 20       | 1,88  | 131          | 3,75  | 1,5   | 25,75    |
|                                 |       |            |               |         | ИТОГО:                            | 500      | 71,46 | 692,6        | 16,45 | 20,75 | 104,99   |
| Обед 2 смена 1-4 классы         |       |            | овощи         | 56      | Салат овощной                     | 60       | 7,40  | 80,28        | 1,64  | 4,91  | 8,72     |
|                                 |       |            | 1 блюдо       | 88      | Щи из свежей капусты с картофелем | 200      | 9,74  | 72           | 1,41  | 3,96  | 6,32     |
|                                 |       |            | горячее блюдо | 261/333 | Печень, тушенная в соусе          | 45/45    | 35,34 | 148,5        | 12,1  | 9,43  | 4,00     |
|                                 |       |            | гарнир        | 309     | Макаронные изделия отварные       | 150      | 11,71 | 168,5        | 5,52  | 4,52  | 26,4     |
|                                 |       |            |               |         | Хлеб чёрный                       | 30       | 2,04  | 64,4         | 1,62  | 1,68  | 14       |
|                                 |       |            |               |         | Хлеб белый                        | 50       | 3,40  | 171,7        | 4,24  | 1,33  | 28,1     |
|                                 |       |            |               |         | напиток                           | 200      | 8,42  | 114,6        | 0,16  | 0,2   | 27,88    |
|                                 |       |            |               |         | ИТОГО:                            | 780      | 78,05 | 819,98       | 26,69 | 26,03 | 115,42   |

|  |         |                                   |       |        |       |       |       |        |
|--|---------|-----------------------------------|-------|--------|-------|-------|-------|--------|
| овощи  | 56      | Салат овощной                     | 100   | 9,49   | 92,8  | 1,4   | 6     | 8,26   |
| 1 блюдо  | 88      | Щи из свежей капусты с картофелем | 250   | 12,16  | 90    | 1,76  | 4,95  | 7,9    |
| горячее блюдо                                    | 261/333 | Печень, тушенная в соусе          | 50/50 | 48,38  | 159   | 12,66 | 8,76  | 3,81   |
| гарнир   | 309     | Макаронные изделия отварные       | 180   | 14,11  | 202,1 | 6,6   | 5,42  | 31,7   |
| хлеб чёрный                                      | ПР      | Хлеб ржано-пшеничн.               | 40    | 2,72   | 96,6  | 2,43  | 0,25  | 21     |
| хлеб белый                                       | ПР      | Хлеб пшеничный                    | 70    | 4,76   | 189   | 5,6   | 1,75  | 37,1   |
| напиток  | 342     | Компот из свежих плодов           | 200   | 8,42   | 114,6 | 0,16  | 0,2   | 27,88  |
|  |         | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД:</b>             | 940   | 100,04 | 944,1 | 30,61 | 27,33 | 137,65 |
| Полдник 1-4<br>классы<br>льготной<br>категории   |         |                                   |       |        |       |       |       |        |
| мучное блюдо                                     | ПР      | Блинчики с начинкой               | 101   | 51,50  | 313,6 | 6     | 11,2  | 27     |
| гор.напиток                                      | 382     | Какао с молоком                   | 200   | 16,55  | 118,6 | 4,08  | 3,54  | 17,58  |
| фрукты   | 338     | Яблоко                            | 100   | 10,0   | 96    | 1,5   | 0,5   | 21     |
|  |         | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:</b>          | 413   | 78,05  | 528,2 | 11,58 | 15,24 | 65,58  |
| Полдник 5-<br>11 классы<br>льготной<br>категории |         |                                   |       |        |       |       |       |        |
| мучное блюдо                                     | ПР      | Блинчики с начинкой               | 88    | 44,91  | 313,6 | 6     | 11,2  | 27     |
| гор.напиток                                      | 382     | Какао с молоком                   | 200   | 16,55  | 118,6 | 4,08  | 3,54  | 17,58  |
| фрукты   | 338     | Яблоко                            | 100   | 10,0   | 96    | 1,5   | 0,5   | 21     |
|  |         | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:</b>          | 408   | 71,46  | 528,2 | 11,58 | 15,24 | 65,58  |

Зав. Производством \_\_\_\_\_

ФИО

Мед.работник \_\_\_\_\_

ФИО