

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного
учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Урманова Н.С.

Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)

Категория питающихся: Спецпитание 2

Сезон

Весна-лето

№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя			
Понедельник				Понедельник			
Завтрак				Завтрак			
СД00050	Каша рисовая молочная (б/сах.)	165	5/6/15/153	СД00151	Каша пшённая молочная жидкая (б/сах.)	160	3/2/12/83
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126	КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122
Завтрак второй				Завтрак второй			
СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	100	0/0/6/24	АЛ24104	Фрукты свеж.(шт.)яблоко зеленое	100	0/0/9/82
Обед				Обед			
ДО7СМБС	Салат "Морковча школьный"(морковь/лук)б/с	50	2/1/17/81	КП25176	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1/4/21/185
КП25033	Суп-лапша домашняя	200	5/6/16/225	КП25040	Макароны отварные с маслом	110	3/4/20/158
КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	110	4/4/15/151	АЛ24103	Гуляш из фарша говядины(Б/МОРК)	60	9/7/1/94
АЛ24103	Гуляш из фарша говядины(Б/МОРК)	60	9/7/1/94	СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	200	0/0/13/48
СД22693	Компот из свежих плодов (яблоко,лимон) (б/сах)	200	0/0/3/16	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	25	2/0/10/59
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	25	2/0/10/59	ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	20	2/3/7/46
ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	20	2/3/7/46				
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
КП25120	Сырники из творога	120	11/2/11/109	КП25046	Картофельное пюре	130	3/6/17/172
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	20	2/0/8/47
Вторник				Вторник			
Завтрак				Завтрак			
СД00062	Каша манная молочная (б/сах.)	160	4/6/16/134	СД00017	Каша пшеничная молочная (б/сах.)	165	7/6/20/161
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122	КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126
Завтрак второй				Завтрак второй			
АЛ24104	Фрукты свеж.(шт.)яблоко зеленое	100	0/0/9/82	СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	100	0/0/6/24
Обед				Обед			
КП25175	Рассольник овощной со сметаной	200	2/3/13/118	КП25033	Суп-лапша домашняя	200	5/6/16/225
КП25040	Макароны отварные с маслом	130	3/5/23/186	КП25100	Пюре гороховое	130	3/2/25/123
АЛ24101	Мясная подлива (Б/МОРК)	60	1/3/4/42	АЛ24100	Гуляш из куриного фарша(Б/МОРК)	60	9/7/1/94
СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	200	0/0/13/48	СД22693	Компот из свежих плодов (яблоко,лимон) (б/сах)	200	0/0/3/16
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	25	2/0/10/59	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	25	2/0/10/59
ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	20	2/3/7/46	ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	20	2/3/7/46
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
КП25046	Картофельное пюре	130	3/6/17/172	КП25120	Сырники из творога	120	11/2/11/109
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	20	2/0/8/47	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94
Среда				Среда			
Завтрак				Завтрак			
СД00017	Каша пшеничная молочная (б/сах.)	165	7/6/20/161	СД00062	Каша манная молочная (б/сах.)	160	4/6/16/134

СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126	КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122
Завтрак второй				Завтрак второй			
КП25078	Йогурт	100	2/2/10/159	КП25078	Йогурт	100	2/2/10/159
Обед				Обед			
КП25174	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1/3/9/171	ДО7СМБС	Салат "Морковча школьный"(морковь/лук)б/с	50	2/1/17/81
КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	130	3/3/33/168	КП25174	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1/3/9/171
АЛ24100	Гуляш из куриного фарша(Б/МОРК)	60	9/7/1/94	КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	110	4/4/15/151
СД24055	Компот яблочный (б/сах)	200	0/0/18/67	АЛ24103	Гуляш из фарша говядины(Б/МОРК)	60	9/7/1/94
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	25	2/0/10/59	СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	200	0/0/13/48
ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	20	2/3/7/46	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	25	2/0/10/59
				ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	20	2/3/7/46
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
КП25005	Картофель и овощи, тушенные в соусе с куриным фаршем	100	6/6/10/121	КП25073	Макаронные изделия с тёртым сыром	130	10/8/20/243
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	20	2/0/8/47	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94
Четверг Завтрак				Четверг Завтрак			
СД00151	Каша пшеничная молочная жидкая (б/сах.)	160	3/2/12/83	КП22369	Суп молочный с вермишелью (б/сах)	165	3/3/10/90
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122	КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126
Завтрак второй				Завтрак второй			
АЛ24104	Фрукты свеж.(шт.)яблоко зеленое	100	0/0/9/82	СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	100	0/0/6/24
Обед				Обед			
КП25035	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	8/5/15/200	КП25025	Суп гороховый с томатом	200	8/5/15/207
КП25046	Картофельное пюре	130	3/6/17/172	КП25046	Картофельное пюре	130	3/6/17/172
АЛ24103	Гуляш из фарша говядины(Б/МОРК)	60	9/7/1/94	АЛ24100	Гуляш из куриного фарша(Б/МОРК)	60	9/7/1/94
СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	200	0/0/13/48	СД24055	Компот яблочный (б/сах)	200	0/0/18/67
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	25	2/0/10/59	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	25	2/0/10/59
ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	20	2/3/7/46	ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	20	2/3/7/46
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
КП25013	Рагу из овощей	130	2/4/14/74	СД00049	Каша "Дружба" молочная (б/сах.)	130	3/4/14/111
СД00001	Чай с молоком (б/сах.)	200	1/1/1/14	СД25002	Чай без сахара	200	
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	20	2/0/8/47	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	20	2/0/8/47
Пятница Завтрак				Пятница Завтрак			
СД00004	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая (б/сах.)	165	5/3/25/173	СД00015	Каша геркулесовая молочная жидкая (б/сах.)	160	3/2/14/87
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126	КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122
Завтрак второй				Завтрак второй			
КП22165	Кефир б/с	100	3/0/4/26	КП22165	Кефир б/с	100	3/0/4/26
Обед				Обед			
ДГ26037	Свекла тертая	50	1/2/4/18	КП25178	Свекольник со сметаной	200	2/5/8/104
КП25177	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	200	2/4/12/165	КП25040	Макароны отварные с маслом	130	3/5/23/186
КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	110	4/4/15/151	АЛ24103	Гуляш из фарша говядины(Б/МОРК)	60	9/7/1/94
АЛ24100	Гуляш из куриного фарша(Б/МОРК)	60	9/7/1/94	СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	200	0/0/13/48
СД25002	Чай без сахара	200		ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	25	2/0/10/59
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	25	2/0/10/59	ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	20	2/3/7/46

ВАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	20	2/3/7/46				
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
СД25019	Булочка молочная без сахара	100	9/5/51/281	СД25019	Булочка молочная без сахара	100	9/5/51/281
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	