

Согласовано: Директор МБОУ "Сатышевская СОШ
им.Ш.З.Зиннурова:
И.И.Валиев

Утверждаю: Директор ООО «АШ-СУ»

М.Исламова

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЯХ НА 2026 ГОД С 1 ЯНВАРЯ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Масса продуктов блюда в бруттогах, г	Цена	Сумма
			Белки	Жиры	Углеводы					
1-я неделя										
1-й день										
Завтрак										
	Каша вязкая молочная «Дружба» со сливочным маслом	130	4,1	4,555	25,372	156,76	384/2013 Сб.реп.			11,607
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	18,224	94				2,800
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.реп.			1,660
Итого за завтрак			7,14	4,875	51,596	282,76				16,067
2-ой завтрак										
	Котлеты из мяса птицы с соусом	60/30	9,544	8,999	11,047	158,284	667:759/2013 Сб.реп.			37,294
	Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом	150/6	6,486	5,676	34,764	207,51	378/2013 Сб.реп.			10,792
	Хлеб сельский	40	1,32	0,48	19,16	94,8				2,800
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.реп.			1,660
Итого за 2-ой завтрак			17,35	15,155	72,971	492,594				52,546
Итого за 1-й день			24,49	20,03	124,567	775,354				68,613
2-й день										
Завтрак										
	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы со сливочным маслом	130	5,285	4,485	27,637	174,185	384/2013 Сб.реп.			10,47
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	18,224	94				2,8
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.реп.			1,66
Итого за завтрак			8,325	4,805	53,861	300,185				14,93
2-ой завтрак										
	Суп гороховый с мясными фрикадельками	250	13,548	12,204	12,424	238,382	206/2013 Сб.реп.			43,262
	Хлеб сельский	40	1,32	0,48	19,16	94,8				2,8
	Цикорий с молоком	200	2,88	3,204	14	96,6	958/2013 Сб.реп.			10,32
Итого за 2-ой завтрак			17,748	15,888	45,584	429,782				56,382
Итого за 2-й день			26,073	20,693	99,445	729,967				71,312

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Масса продуктов блюда в бруттах, г	Цена	Сумма
			Белки	Жиры	Углеводы					
1-я неделя										
3-й день										
Завтрак										
	Каша вязкая молочная из пшенной крупы со сливочным маслом	130	5.61	5.038	28.385	175.81	384/2013 Сб.рец.		10.827	
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	18.224	94			2.8	
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.		1.66	
Итого за завтрак			8.65	5.358	54.609	301.81			15.287	
2-ой завтрак										
	Салат из свеклы	60	1.056	3.067	6.195	56.538	34/2016 Сб.рец.		6.32	
	Тефтели с мясом и рисом с соусом	60/30	8.936	16.376	11.788	230.97	462:759/2004 Сб.рец.		40.331	
	Картофельное пюре со сливочным маслом	150/3	3.404	3.642	22.107	135.134	299/2013 Сб.рец.		18.492	
	Хлеб сельский	40	1.32	0.48	19.16	94.8			2.8	
	Компот из урюка и яблок	200	0.568	0.028	11.99	57.209	393/2016 Сб.рец.		4.36	
Итого за 2-ой завтрак			15.284	23.593	71.24	574.651			72.303	
Итого за 3-й день			23.934	28.951	125.849	876.461			87.59	
4-й день										
Завтрак										
	Вак белеш 100г	100	11.78	15.432	36.992	336.063	180-182 ст/1997 Сб.рец.		44.553	
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.		1.66	
Итого за завтрак			11.78	15.432	44.992	368.063			46.213	
2-ой завтрак										
	Уха с крупой	250	14.06	9.538	15.221	203.007	182/1994 Сб.рец.		40.882	
	Хлеб сельский	40	1.32	0.48	19.16	94.8			2.8	
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.		1.66	
Итого за 2-ой завтрак			15.38	10.018	42.381	329.807			45.342	
Итого за 4-й день			27.16	25.45	87.373	697.87			91.555	
5-й день										
Завтрак										
	Запеканка из творога	75	16.722	8.577	20.407	225.317	469/2013 Сб.рец.		42.77	
	Бутерброд с маслом	50/10	3.9	7.65	22.92	183.7	3/2004 Сб.рец.		15.5	
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.		1.66	
Итого за завтрак			20.622	16.227	51.327	441.017			59.93	
2-ой завтрак										
	Биточки из говядины с соусом	60/30	9.42	10.879	7.087	165.414	621:759/2013 Сб.рец.		37.346	
	Макароны отварные со сливочным маслом	150/5	5.35	4.155	37.7	213.3	414/2013 Сб.рец.		9.467	
	Хлеб сельский	35	1.155	0.42	16.765	82.95			2.45	
	Чай с сахаром	200	0	0	8	32	943/2013 Сб.рец.		1.66	
Итого за 2-ой завтрак			15.925	15.454	69.552	493.664			50.923	
Итого за 5-й день			36.547	31.681	120.879	934.681			110.853	
6-й день										
Завтрак										
	Голубцы ленивые	150	16.324	18.47	45.758	378.02	636/2013 Сб.рец.		47.08	
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	18.224	94			2.8	

