

Согласовано:

Директор
ООО "Шведорданский
инвест-Рост"
И. Р. Мухометов

Утверждаю: Директор ООО "Сабинский общепит"



А. Р. Нургаллиева

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ
 ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
 ОРГАНИЗАЦИЯХ НА 2024 ГОД С 1 ЯНВАРЯ

| 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 | | | | | | | | | | |
| 1-й день | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| | Каша вязкая молочная «Дружба» со сливочным маслом | 130 | 4,1 | 4,555 | 10,372 | 110,76 | 384/2013 Сб.рец. | | | 7,787 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 | | | | 2,480 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 8 | 32 | 943/2013 Сб.рец. | | | 1,320 |
| Итого за завтрак | | | 7,14 | 4,875 | 38,052 | 236,76 | | | | 11,587 |
| 2-ой завтрак | | | | | | | | | | |
| | Салат из свежей капусты | 60 | 0,937 | 2,05 | 4,642 | 59,36 | 79/2013 Сб.рец. | | | 5,968 |
| | Котлеты из говядины с соусом | 60/30 | 7,275 | 6,434 | 12,295 | 85,14 | 608:759/2013 Сб.рец. | | | 32,364 |
| | Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом | 150/6 | 4,486 | 5,676 | 10,764 | 109,51 | 378/2013 Сб.рец. | | | 10,390 |
| | Хлеб сельский | 40 | 1,32 | 0,48 | 19,16 | 94,8 | | | | 2,480 |
| | Чай с медом | 200 | 0,064 | 0 | 3,424 | 26,24 | 943/2013 Сб.рец. | | | 3,744 |
| Итого за 2-ой завтрак | | | 14,082 | 14,64 | 50,285 | 375,05 | | | | 54,946 |
| Итого за 1-й день | | | 21,222 | 19,515 | 88,337 | 611,81 | | | | 66,533 |
| 2-й день | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| | Каша вязкая молочная из гречневой крупы | 150/10 | 7,065 | 10,785 | 29,4 | 236,775 | 378/2013 Сб.рец. | | | 15,382 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 | | | | 2,48 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 8 | 32 | 943/2013 Сб.рец. | | | 1,32 |
| Итого за завтрак | | | 10,105 | 11,105 | 57,08 | 362,775 | | | | 19,182 |
| 2-ой завтрак | | | | | | | | | | |
| | Свекла отварная с маслом растительным | 60 | 0,984 | 3,063 | 1,773 | 24,522 | 34/2016 Сб.рец. | | | 6,714 |
| | Котлеты из мяса птицы с соусом | 60/30 | 6,5 | 7,565 | 11,447 | 60,724 | 667:759/2013 Сб.рец. | | | 32,234 |
| | Картофельное пюре со сливочным маслом | 150/5 | 1,424 | 2,092 | 8,135 | 59,212 | 299/2013 Сб.рец. | | | 14,462 |
| | Хлеб сельский | 40 | 1,32 | 0,48 | 19,16 | 94,8 | | | | 2,48 |
| | Цикорий с молоком | 200 | 2,88 | 1,204 | 3 | 46,6 | 958/2013 Сб.рец. | | | 6,96 |
| Итого за 2-ой завтрак | | | 13,108 | 14,404 | 43,515 | 285,858 | | | | 62,85 |
| Итого за 2-й день | | | 23,213 | 25,509 | 100,595 | 648,633 | | | | 81,032 |
| 3-й день | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| | Каша вязкая молочная из пшеничной крупы со сливочным маслом | 130 | 5,285 | 4,485 | 24,629 | 132,244 | 384/2013 Сб.рец. | | | 6,795 |
| | Бутерброд с сыром | 60 | 4,097 | 3,965 | 9,98 | 96,05 | 3/2004 Сб.рец. | | | 13,18 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 8 | 32 | 943/2013 Сб.рец. | | | 1,32 |
| Итого за завтрак | | | 9,382 | 8,45 | 42,609 | 260,294 | | | | 21,295 |
| 2-ой завтрак | | | | | | | | | | |
| | Суп вермишелевый и с мясными фрикадельками | 250 | 10,948 | 12,104 | 23,024 | 246,382 | 124:179/2013 Сб.рец. | | | 32,784 |
| | Хлеб сельский | 40 | 1,32 | 0,48 | 19,16 | 94,8 | | | | 2,48 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,4 | 1,6 | 2,35 | 45,5 | 945/2013 Сб.рец. | | | 3,92 |
| | Сухари ванильные | 25 | 2,15 | 2,73 | 9,675 | 76,5 | | | | 5,863 |
| Итого за 2-ой завтрак | | | 15,818 | 16,914 | 54,209 | 463,182 | | | | 45,047 |
| Итого за 3-й день | | | 25,2 | 25,364 | 96,818 | 723,476 | | | | 66,342 |
| 4-й день | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| | Запеканка из творога | 75 | 5,419 | 5,775 | 15,042 | 112,104 | 469/2013 Сб.рец. | | | 22,586 |

| | | | | | | | | | | |
|--|---|-------|---------------|---------------|---------------|----------------|-----------------------------|--|--|---------------|
| | Бутерброд с сыром | 60 | 4,097 | 3,965 | 9,98 | 96,05 | 3/2004 Сб.пец. | | | 13,18 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 8 | 32 | 943/2013 Сб.пец. | | | 1,32 |
| | Итого за завтрак | | 9,516 | 9,74 | 33,022 | 240,154 | | | | 37,086 |
| | 2-ой завтрак | | | | | | | | | |
| | Биточки из говядины с соусом | 60/30 | 6,576 | 6,879 | 7,965 | 115,61 | 621:759/20 13 Сб.пец. | | | 31,584 |
| | Макароны отварные со сливочным маслом | 150/5 | 2,35 | 2,55 | 18,55 | 85,86 | 414/2013 Сб.пец. | | | 6,402 |
| | Хлеб сельский | 40 | 1,32 | 0,48 | 19,16 | 94,8 | | | | 2,48 |
| | Компот из урюка | 200 | 1,08 | 0 | 6,67 | 53,1 | 868/2013 Сб.пец. | | | 5,1 |
| | Итого за 2-ой завтрак | | 11,326 | 9,909 | 52,345 | 349,37 | | | | 45,566 |
| | Итого за 4-й день | | 20,842 | 19,649 | 85,367 | 589,524 | | | | 82,652 |
| | 5-й день | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | |
| | Каша вязкая молочная из пшенной крупы со сливочным маслом | 130 | 5,61 | 4,038 | 18,385 | 175,81 | 384/2013 Сб.пец. | | | 6,957 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 | | | | 2,48 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 8 | 32 | 943/2013 Сб.пец. | | | 1,32 |
| | Итого за завтрак | | 8,65 | 4,358 | 46,065 | 301,81 | | | | 10,757 |
| | 2-ой завтрак | | | | | | | | | |
| | Уха с крупой | 250 | 9,06 | 7,038 | 15,221 | 103,007 | 182/1994 Сб.пец. | | | 35,062 |
| | Булочка домашняя | 50 | 2,751 | 9,36 | 11,214 | 133,717 | 144 стр./1997 Сб.пец. | | | 6,547 |
| | Хлеб сельский | 35 | 1,155 | 0,42 | 16,765 | 82,95 | | | | 2,17 |
| | Чай с медом | 200 | 0,064 | 0 | 3,424 | 26,24 | 943/2013 Сб.пец. | | | 3,744 |
| | Итого за 2-ой завтрак | | 13,03 | 16,818 | 46,624 | 345,914 | | | | 47,523 |
| | Итого за 5-й день | | 21,68 | 21,176 | 92,889 | 647,724 | | | | 58,28 |
| | 6-й день | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | |
| | Голубцы ленивые | 150 | 16,324 | 18,47 | 45,758 | 378,02 | 636/2013 Сб.пец. | | | 37,442 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 | | | | 2,48 |
| | Компот из урюка | 200 | 1,08 | 0 | 6,67 | 53,1 | 868/2013 Сб.пец. | | | 5,1 |
| | Фрукты: яблоки | 135 | 0,475 | 0,475 | 11,642 | 55,836 | 847/2013 Сб.пец. | | | 16,335 |
| | Итого за завтрак | | 20,919 | 19,265 | 83,75 | 580,956 | | | | 61,357 |
| | Итого за 6-й день | | 20,919 | 19,265 | 83,75 | 580,956 | | | | 61,357 |
| | 7-й день | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | |
| | Каша молочная из манной крупы со сливочным маслом | 130 | 2,9 | 4,385 | 7,032 | 168,76 | 384/2013 Сб.пец. | | | 6,782 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 | | | | 2,48 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 8 | 32 | 943/2013 Сб.пец. | | | 1,32 |
| | Итого за завтрак | | 5,94 | 4,705 | 34,712 | 294,76 | | | | 10,582 |
| | 2-ой завтрак | | | | | | | | | |
| | Салат витаминный | 60 | 0,827 | 1,062 | 4,336 | 9,205 | 82/2013 Сб.пец. | | | 6,403 |
| | Котлеты из мяса птицы с соусом | 60/30 | 6,5 | 7,565 | 11,447 | 60,724 | 667:759/20 13 Сб.пец. | | | 32,234 |
| | Каша гречневая рассыпчатая со сливочным маслом | 150/6 | 4,486 | 5,676 | 10,764 | 109,51 | 378/2013 Сб.пец. | | | 10,39 |
| | Хлеб сельский | 40 | 1,32 | 0,48 | 19,16 | 94,8 | | | | 2,48 |
| | Какао с молоком | 200 | 1,046 | 1,856 | 6,12 | 99,07 | 959/2013 Сб.пец. | | | 7,621 |
| | Итого за 2-ой завтрак | | 14,179 | 16,639 | 51,827 | 373,309 | | | | 59,128 |
| | Итого за 7-й день | | 20,119 | 21,344 | 86,539 | 668,069 | | | | 69,71 |
| | 8-й день | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | |
| | Каша вязкая молочная из рисовой крупы со сливочным маслом | 130 | 3,74 | 4,385 | 27,322 | 144,413 | 384/2013 Сб.пец. | | | 8,667 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94 | | | | 2,48 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 8 | 32 | 943/2013 Сб.пец. | | | 1,32 |
| | Итого за завтрак | | 6,78 | 4,705 | 55,002 | 270,413 | | | | 12,467 |
| | 2-ой завтрак | | | | | | | | | |
| | Салат из свеклы с яблоками | 60 | 0,723 | 3,104 | 6,924 | 58,895 | 36/2016 Сб.пец. | | | 7,002 |
| | Котлеты из рыбы с соусом | 60/30 | 10,312 | 10,997 | 12,239 | 182,984 | 510:759/20 13 Сб.пец. | | | 31,139 |

