

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор
ООО «Школьное питание»



Г.Р. Халилуллина

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБОУ
«Открытая (сменная)
общеобразовательная школа № 1 ЗМР
РТ»



Р.Ю. Залялиев

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

льготного питания учащихся общеобразовательных школ
на 2021-2022 г.г.

«Открытая (сменная) общеобразовательная школа № 1 ЗМР РТ»

Примерное двухнедельное меню для организации питания учащихся общеобразовательных учреждений

Вид меню: Льготное питание

1-я неделя / 1. понедельник

№ п/п	Блюдо и Гарнир			Пищевые вещества, (г)			Энерг. цен.(Ккал)
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7	8
КОМПЛЕКС							
1	Каша вязкая	10.06	.100	2.83	3.21	16.66	106
2	Чай с сахаром	197.01	.200	0.2	0.05	15.01	57
3	Хлеб	299.17	.020	1.88	0.62	10.4	55
Итого по группе:				5	4	42	218

1-я неделя / 2. вторник

№ п/п	Блюдо и Гарнир			Пищевые вещества, (г)			Энерг. цен.(Ккал)
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	
КОМПЛЕКС							
1	Каша на молоке	10.06	.100	2.83	3.21	16.66	106
2	Кисель из концентрата	40.16	.200	0	0	19.96	76
3	Хлеб	299.18	.025	2.35	0.77	13	69
Итого по группе:				5	4	50	251

1-я неделя / 3. среда

№ п/п	Блюдо и Гарнир			Пищевые вещества, (г)			Энерг. цен.(Ккал)
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	
КОМПЛЕКС							
1	Макаронные изделия отварные	229.01	.100	3.49	3.19	21.36	125
2	Чай с сахаром	197.01	.200	0.2	0.05	15.01	57
3	Хлеб	299.17	.020	1.88	0.62	10.4	55
Итого по группе:				6	4	47	237

1-я неделя / 4. четверг

№ п/п	Блюдо и Гарнир			Пищевые вещества, (г)			Энерг. цен.(Ккал)
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7	8
КОМПЛЕКС							
1	Каша вязкая	10.01	.100	3.11	3.71	15.24	108
2	Кисель из концентрата	40.16	.200	0	0	19.96	76
3	Хлеб	299.18	.025	2.35	0.77	13	69
Итого по группе:				5	4	48	253

1-я неделя / 5. пятница

№ п/п	Блюдо и Гарнир			Пищевые вещества, (г)			Энерг. цен.(Ккал)
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7	8
КОМПЛЕКС							
1	Каша на молоке	10.06	.100	2.83	3.21	16.66	106
2	Чай с сахаром	197.01	.200	0.2	0.05	15.01	57
3	Хлеб	299.17	.020	1.88	0.62	10.4	55
Итого по группе:				5	4	42	218

1-я неделя / 6. суббота

№ п/п	Блюдо и Гарнир			Пищевые вещества, (г)			Энерг. цен.(Ккал)
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	
КОМПЛЕКС							
1	Макаронные изделия отварные	229.01	.100	3.49	3.19	21.36	125
2	Чай с сахаром	197.01	.200	0.2	0.05	15.01	57
3	Хлеб	299.17	.020	1.88	0.62	10.4	55
Итого по группе:				6	4	47	237

2-я неделя / 1. понедельник

№ п/п	Блюдо и Гарнир			Пищевые вещества, (г)			Энерг. цен.(Ккал)
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	
КОМПЛЕКС							
1	Каша вязкая	10.06	.100	2.83	3.21	16.66	106
2	Чай с сахаром	197.01	.200	0.2	0.05	15.01	57
3	Хлеб	299.17	.020	1.88	0.62	10.4	55
Итого по группе:				5	4	42	218

2-я неделя / 2. вторник

№ п/п	Блюдо и Гарнир			Пищевые вещества, (г)			Энерг. цен.(Ккал)
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7	8
КОМПЛЕКС							
1	Каша на молоке	10.01	.100	3.11	3.71	15.24	108
2	Кисель из концентрата	40.16	.200	0	0	19.96	76
3	Хлеб	299.18	.025	2.35	0.77	13	69
Итого по группе:				5	4	48	253

2-я неделя / 3. среда

№ п/п	Блюдо и Гарнир			Пищевые вещества, (г)			Энерг. цен.(Ккал)
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6	7	8
КОМПЛЕКС							
1	Макаронные изделия отварные	229.01	.100	3.49	3.19	21.36	125
2	Чай с сахаром	197.01	.200	0.2	0.05	15.01	57
3	Хлеб	299.17	.020	1.88	0.62	10.4	55
Итого по группе:				6	4	47	237

2-я неделя / 4. четверг

№ п/п	Блюдо и Гарнир			Пищевые вещества, (г)			Энерг. цен.(Ккал)
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	
КОМПЛЕКС							
1	Каша вязкая	10.06	.100	2.83	3.21	16.66	106
2	Кисель из концентрата	40.16	.200	0	0	19.96	76
3	Хлеб йодированный	299.18	.025	2.35	0.77	13	69
Итого по группе:				5	4	50	251

2-я неделя / 5. пятница

№ п/п	Блюдо и Гарнир			Пищевые вещества, (г)			Энерг. цен.(Ккал)
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	
КОМПЛЕКС							
1	Каша на молоке	10.06	.100	2.83	3.21	16.66	106
2	Чай с сахаром	197.01	.200	0.2	0.05	15.01	57
3	Хлеб	299.17	.020	1.88	0.62	10.4	55
Итого по группе:				5	4	42	218

2-я неделя / 6. суббота

№ п/п	Блюдо и Гарнир			Пищевые вещества, (г)			Энерг. цен.(Ккал)
	наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	выход одного блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	
КОМПЛЕКС							
1	Макаронные изделия отварные	229.01	.100	3.49	3.19	21.36	125
2	Чай с сахаром	197.01	.200	0.2	0.05	15.01	57
3	Хлеб	299.17	.020	1.88	0.62	10.4	55
Итого по группе:				6	4	47	237