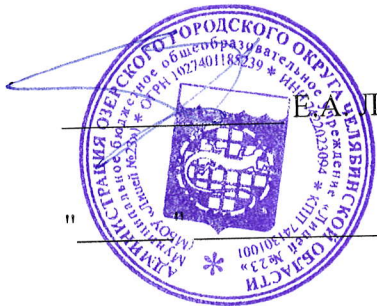


Согласовано:  
МБОУ "Лицей № 23" г. Озерск

Утверждаю:  
Директор ООО "Кардинал"



Е.А. Лукьянова

\_\_\_\_\_ 2024 г.



И.Г. Вахитов

\_\_\_\_\_ 2024 г.

**2-х недельное меню горячего питания  
для льготной категории обучающихся с 5 по 11 класс  
(дети из малообеспеченных семей)  
на сумму 76,66 руб.**

**2-х недельное меню горячего питания**  
**для льготной категории обучающихся с 5 по 11 класс**  
**(дети из малообеспеченных семей)**  
**на сумму 76,66 руб.**

№ п/п	Наименование	Выход,	Белки,	Жиры,	Углеводы,	Энергетич	№ рецептуры
		г	г	г	г	ккал	
<b>1 НЕДЕЛЯ</b>							
<b>День 1</b>							
1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,79	1,95	3,88	36,24	Сб.2015 г. № 45
2	Сосиски отварные	90	9,92	21,94	0,32	235,80	Сб.2015 г. № 243
3	Макаронные изделия отварные	180	6,64	4,41	37,31	215,35	Сб.2015 г. № 202
4	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	Сб.2015 г. № 376
5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	<b>Итого за день</b>	<b>575</b>	<b>19,79</b>	<b>28,62</b>	<b>71,00</b>	<b>617,53</b>	
<b>День 2</b>							
1	Тефтели 1-й вариант	60/50	12,83	14,80	112,35	237,00	Сб.2015 г. № 278
2	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,27	6,31	46,42	282,67	Сб.2015 г. № 302
3	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	Сб.2015 г. № 349
4	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	140,28	
	<b>Итого за день</b>	<b>550</b>	<b>28,50</b>	<b>21,80</b>	<b>219,76</b>	<b>792,75</b>	
<b>День 3</b>							
1	Гуляш (грудка)	50/50	10,64	28,19	2,89	309,00	Сб.2015 г. № 260
2	Рис отварной	200	4,85	4,32	50,98	261,80	Сб.2015 г. № 304
3	Компот из апельсина	200	0,45	0,10	33,99	141,20	Сб.2015 г. № 346
4	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90	
	<b>Итого за день</b>	<b>550</b>	<b>19,89</b>	<b>33,11</b>	<b>112,01</b>	<b>828,90</b>	
<b>День 4</b>							
1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,79	1,95	3,88	36,24	Сб.2015 г. № 45
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	50/50	9,75	4,95	3,80	105,00	Сб.2015 г. № 229
3	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70	Сб.2015 г. № 312
4	Чай с лимоном	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	Сб.2015 г. № 377
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	<b>Итого за день</b>	<b>592</b>	<b>16,72</b>	<b>12,98</b>	<b>61,90</b>	<b>438,08</b>	
<b>День 5</b>							
1	Салат из отварной свеклы с маслом	60	0,85	3,61	4,96	55,68	Сб.2015 г. № 52
2	Плов из мяса птицы	50/200	22,51	11,19	45,56	373,34	Сб.2015 г. № 291
3	Компот из изюма	200	0,35	0,08	29,85	122,20	Сб.2015 г. № 348
4	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52	
	<b>Итого за день</b>	<b>550</b>	<b>26,87</b>	<b>15,28</b>	<b>99,69</b>	<b>644,74</b>	

2 НЕДЕЛЯ							
День 1							
1	Сыр (порционно)	10	2,32	2,95	0,00	36,00	Сб.2015 г. № 15
2	Масло сливочное (порционно)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	Сб.2015 г. № 210
3	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	250/10	7,58	12,16	41,82	308,50	Сб.2015 г. № 175
4	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	Сб.2015 г. № 376
5	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	140,28	
	<b>Итого за день</b>	<b>555</b>	<b>14,79</b>	<b>22,98</b>	<b>85,93</b>	<b>610,78</b>	
День 2							
1	Тефтели 2-й вариант	60/50	6,96	16,11	11,61	223,00	Сб.2015 г. № 279
2	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,27	6,31	46,42	282,67	Сб.2015 г. № 171
3	Компот из апельсинов	200	0,45	0,10	33,99	141,20	Сб.2015 г. № 346
4	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	140,28	
	<b>Итого за день</b>	<b>550</b>	<b>22,42</b>	<b>23,12</b>	<b>121,00</b>	<b>787,15</b>	
День 3							
1	Морковь отварная (порциями)	60	0,78	1,56	3,11	29,58	Сб.1996 г. Таб.24
2	Котлеты рубленые из мяса ЦБ	100	15,22	22,14	15,32	322,00	Сб.2015 г. № 295
3	Макаронные изделия отварные	180	6,12	9,00	34,20	242,28	Сб.2015 г. № 202
4	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	Сб.2015 г. № 376
5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	<b>Итого за день</b>	<b>585</b>	<b>24,56</b>	<b>33,02</b>	<b>82,12</b>	<b>724,00</b>	
День 4							
1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,79	1,95	3,88	36,24	Сб.2015 г. № 45
2	Котлета по - Куравински с соусом	70/30	11,75	23,00	9,13	290,90	ТТК № 156
3	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70	Сб.2015 г. № 312
4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	Сб.2015 г. № 349
5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
	<b>Итого за день</b>	<b>570</b>	<b>19,25</b>	<b>31,10</b>	<b>84,04</b>	<b>694,78</b>	
День 5							
1	Птица тушеная в соусе	50/50	11,66	9,72	4,01	150,20	Сб.2015 г. № 290
2	Рис припущенный	200	4,85	5,73	48,89	266,60	Сб.2015 г. № 305
3	Компот из изюма	200	0,35	0,08	29,85	122,20	Сб.2015 г. № 349
4	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	116,90	
	<b>Итого за день</b>	<b>550</b>	<b>20,81</b>	<b>16,03</b>	<b>106,90</b>	<b>655,90</b>	
	<b>Всего за период</b>		<b>213,60</b>	<b>238,04</b>	<b>1 044,35</b>	<b>6 794,61</b>	
	<b>Среднее значение за период</b>		<b>21,36</b>	<b>23,80</b>	<b>104,44</b>	<b>679,46</b>	

При разработке данного меню были использованы рецепты следующих сборников: Сборник 2015г. Тутельян В.А сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник 2005г. Министерство экономического развития Челябинской области . Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания, обслуживающих учащихся образовательных учреждений Челябинской области, предназначен для организаторов школьного питания. В сборнике представлены: методические рекомендации по организации питания учащихся образовательных учреждений, примерные рационы питания по возрастным группам и технико-технологические карты на кулинарные блюда и изделия. Сборник 2016г. Тутельян В.А. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях.

При приготовлении блюд и изделий используется йодированная соль

В исключительных случаях, при отсутствии необходимых пищевых продуктов, допускается их замена другими продуктами, равноценными по химическому составу (пищевой ценности) в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов (Приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20)