

## Меню для учащихся 5-11 классов БОУ \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_



№ п/п	8449	Номер по сборнику рецептов	Выход основной	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Понедельник</b>							
<b>1 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10				
2	Каша молочная с маслом(жидкая) <sup>2</sup>	548/2/1998.	200				
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	56				
4	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-13гн-2020	200				
5	Фрукт свежий <sup>4</sup>	ТПП	150				
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 550</b>		<b>не менее 544</b>		
<b>Обед</b>							
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	1070/3/1998.	100				
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250				
3	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	ТПП/1029/3/1998	110				
4	Картофельное пюре на молоке с маслом	946/2/1998.	180				
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	40				
6	Компот из кураги	1113/3/98г.	200				
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 800</b>		<b>не менее 816</b>		
<b>Вторник</b>							
<b>1 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Тефтели(биточки) тушеные в сметанном соусе с томатом	ТПП/1045/3/1998	110				
2	Макаронные изделия отварные с маслом	940/2/1998.	200				
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	42				
4	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-13гн-2020	200				
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 550</b>		<b>не менее 544</b>		
<b>Обед</b>							
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	198/1998	100				
2	Свекольник с фрикадельками(со сметаной)	95/2018.	250				
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)	887/3/1998.	200				
4	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	30				
5	Компот из сухофруктов	1113/3/98	200				
6	Пряник в индивидуальной упаковке	ТПП	30				
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 800</b>		<b>не менее 816</b>		
<b>Среда</b>							
<b>1 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Запеканка творожная/сырники(п/ф)	ТТК	150				
2	Молоко сгущенное/соус плодово-ягодный	1087/98.	15				
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	45				
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200				
5	Фрукт свежий <sup>4</sup>	ТПП	150				
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 550</b>		<b>не менее 544</b>		
<b>Обед</b>							
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	54/2011.	100				
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	250				
3	Котлета курица/говядина запеченая с соусом сметанным	ТПП/1044/3/1998	110				
4	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	180				
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	30				
6	Компот плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-1хн-2020	200				
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 800</b>		<b>не менее 816</b>		

1 неделя					
<b>Завтрак</b>					
1	Каша молочная с маслом(жидкая) <sup>2</sup>	548/1/1998г.	205		
2	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	49		
3	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54/3гн/2020	200		
4	Печенье апельсиновое в инд. упаковке	ТПП	35		
5	Фрукт свежий <sup>4</sup>	ТПП	100		
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 550</b>		<b>не менее 544</b>
<b>Обед</b>					
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	1070/3/1998.	100		
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	262/1998.	250		
3	Рыба тушеная в сметанном соусе	232/2017 Т	90		
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	180		
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	35		
6	Компот плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-1хн-2020	200		
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 800</b>		<b>не менее 816</b>
<b>Пятница</b>					
<b>1 неделя</b>					
<b>Завтрак</b>					
1	Плов с курицей(филе курицы)	893/2/1998.	200		
2	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	60		
3	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-13гн-2020	200		
4	Фрукт свежий <sup>4</sup>	ТПП	100		
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 550</b>		<b>не менее 544</b>
<b>Обед</b>					
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	54/2011.	100		
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)	95/2018.	250		
3	Жаркое по-домашнему	820/3/1998.	240		
4	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	43		
5	Сок фруктовый/компот плодово-ягодный <sup>3</sup>	ТПП	200		
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 800</b>		<b>не менее 816</b>
<b>Суббота</b>					
<b>1 неделя</b>					
<b>Завтрак</b>					
1	Бефстроганов	736/3/1998.	90		
2	Макаронные изделия отварные с маслом	940/2/1998.	200		
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	61		
4	Какао с молоком	1222/2/1998.	200		
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 550</b>		<b>не менее 544</b>
<b>Обед</b>					
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	1072/2/1998.	100		
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250		
3	Котлета куриная запеченая с соусом сметанным	ТПП/1044/3/1998	110		
4	Картофель отварной, с маслом	423/3/1998.	180		
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	30		
6	Кисель плодово-ягодный <sup>3</sup>	1131/3/98.	200		
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 800</b>		<b>не менее 816</b>
<b>Понедельник</b>					
<b>2 неделя</b>					
<b>Завтрак</b>					
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	15		
2	Каша молочная с маслом(жидкая) <sup>2</sup>	548/1/1998г.	250		
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	50		
4	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54/3гн/2020	200		
5	Фрукт свежий <sup>4</sup>	ТПП	100		
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 550</b>		<b>не менее 544</b>
<b>Обед</b>					
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	198/1998	100		
2	Суп гороховый с фрикадельками	306/3/1998.	250		
3	Печень по-строгановски	748/3/1998.	100		
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	180		
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	25		
6	Компот плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-1хн-2020	200		
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 800</b>		<b>не менее 816</b>

**Вторник****2 неделя****Завтрак**

1 Гуляш из говядины

827/3/98.

90

2 Гречка отварная с маслом

931/3/1998.

205

3 Хлеб в ассортименте<sup>5</sup>

ТПП

58

4 Чай плодово-ягодный с сахаром<sup>3</sup>

54-13гн-2020

200

**Итого за Завтрак:****не менее 550****не менее 544****Обед**1 Овощная закуска<sup>1</sup>

1070/3/1998.

100

2 Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне

307/3/1998.

250

3 Рыба тушеная в томате с овощами

640/3/1998.

100

4 Картофельное пюре на молоке с маслом

946/2/1998.

180

5 Хлеб в ассортименте<sup>5</sup>

ТПП

63

6 Компот плодово-ягодный с сахаром<sup>3</sup>

54-1хн-2020.

200

**Итого за Обед:****не менее 800****не менее 816****Среда****2 неделя****Завтрак**

1 Омлет натуральный на молоке

54-1о-2020

150

2 Овощная закуска<sup>1</sup>

320/2011 Т

50

3 Масло сливочное, крестьянское порционное

27/1998

5

4 Хлеб в ассортименте<sup>5</sup>

ТПП

75

5 Чай с сахаром

54-2гн-2020

200

6 Фрукт свежий<sup>4</sup>

ТПП

100

**Итого за Завтрак:****не менее 550****не менее 544****Обед**1 Овощная закуска<sup>1</sup>

55/2018

100

2 Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)

262/1998.

250

3 Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)

887/3/1998.

225

4 Хлеб в ассортименте<sup>5</sup>

ТПП

33

5 Компот из сухофруктов

1113/3/98

200

6 Пряник в индивидуальной.упаковке

ТПП

30

**Итого за Обед:****не менее 800****не менее 816****Четверг****2 неделя****Завтрак**

1 Соус плодово-ягодный/молоко сгущеное

1087/98.

45

2 Запеканка творожно-морковная(п/ф)

ТТК

150

3 Хлеб в ассортименте<sup>5</sup>

ТПП

50

4 Чай плодово-ягодный с сахаром<sup>3</sup>

54/3гн/2020

200

5 Фрукт свежий<sup>4</sup>

ТПП

150

**Итого за Завтрак:****не менее 550****не менее 544****Обед**1 Овощная закуска<sup>1</sup>

1070/3/1998.

100

2 Свекольник на курином бульоне(со сметаной)

95/2018.

250

3 Плов с курицей(филе курицы)

893/2/1998.

220

4 Хлеб в ассортименте<sup>5</sup>

ТПП

40

5 Компот плодово-ягодный с сахаром<sup>3</sup>

54-1хн-2020

200

**Итого за Обед:****не менее 800****не менее 816****Пятница****2 неделя****Завтрак**

1 Рыба тушеная в томате с овощами

640/3/1998.

90

2 Картофельное пюре на молоке с маслом

946/2/1998.

180

3 Хлеб в ассортименте<sup>5</sup>

ТПП

39

4 Чай плодово-ягодный с сахаром<sup>3</sup>

54-13гн-2020

200

5 Корж молочный в индивидуальной упаковке

ТПП

45

**Итого за Завтрак:****не менее 550****не менее 544****Обед**1 Овощная закуска<sup>1</sup>

161/1998.

100

2 Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)

282/3/1998.

250

3 Жаркое по-домашнему

820/3/1998.

250

4 Хлеб в ассортименте<sup>5</sup>

ТПП

40

5 Сок фруктовый/компот плодово-ягодный<sup>3</sup>

ТПП

200

**Итого за Обед:****не менее 800****не менее 816**

Суббота 2 неделя						
Завтрак						
1	Котлета курица/говядина запеченая с соусом сметанным	ТПП/1044/3/1998	120			
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	180			
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	50			
4	Какао с молоком	1222/2/1998.	200			
<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>не менее 550</b>				<b>не менее 544</b>
Обед						
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	198/1998	100			
2	Суп гороховый на курином бульоне	306/3/1998.	250			
3	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	ТПП/1029/3/1998	110			
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	180			
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	40			
6	Кисель плодово-ягодный <sup>3</sup>	1131/3/98.	200			
<b>Итого за Обед:</b>		<b>не менее 800</b>				<b>не менее 816</b>
<b>ИТОГО ЗА Завтрак:</b>			<b>6875</b>	<b>264,694</b>	<b>205,007</b>	<b>1097,281</b>
<b>ИТОГО ЗА Обед:</b>			<b>10234</b>	<b>346,682</b>	<b>388,536</b>	<b>1427,772</b>
<b>ИТОГО ЗА ПЕРИОД:</b>			<b>17109</b>	<b>611,376</b>	<b>593,543</b>	<b>2525,053</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:</b>			<b>1425.75</b>	<b>50,95</b>	<b>49,46</b>	<b>210,42</b>
<b>СООТНОШЕНИЕ:</b>				<b>1</b>	<b>0,971</b>	<b>4,13</b>

**Примечание:**

<sup>1</sup> Овощная нарезка из свежих овощей (огурец, помидор, перец), овощная нарезка из вареных овощей (морковь, свекла и т.п.), консервированные овощи (зеленый горошек, кукуруза, овощная икра), салаты и закуски из свежих и вареных овощей, винегреты и т.д. Ассортимент холодных блюд и закусок формируется в соответствии с санитарно-техническими и планировочными возможностями пищеблока.

<sup>2</sup> Для приготовления молочной каши используется крупа рисовая, пшенная, пшеничная, ячневая, кукурузная, хлопья "Геркулес"

<sup>3</sup> Для приготовления напитков используются свежемороженые ягоды и плоды и/или свежие ягоды и плоды в соответствии с сезонностью.

\* Фрукты свежие: яблоки, мандарины, апельсины. Допускается замена фруктов в соответствии с сезонностью. Допускается увеличение массы фруктов.

<sup>5</sup> Хлеб в ассортименте: хлеб пшеничный, хлеб ржано-пшеничный, батон нарезной и т.п.