

Согласовано  
Директор

*МБОУ "Средняя школа №38"*  
*Безмен Б.Б. 8/1*

Утверждаю  
Генеральный директор АО "Соцпитсервис"  
Федулин Р.А.



### МЕНЮ ОБЕДОВ

для обучающихся льготных категорий: инвалидов, ОВЗ, детей, чьи родители принимают участие в СВО

Возрастная категория 12 лет и старше

№ рецептуры	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Пищевые вещества, г		
				Белки	жиры	углеводы

#### 1 неделя

##### Понедельник

54-3a	100	21,4	Овощи в нарезке (помидор)	1,0	0,2	3,9
54-2c	250	110,0	Борщ с капустой и картофелем	2,0	5,6	12,9
54-4m	100	300,5	Котлета мясная	17,7	18,1	16,7
54-10r	180	203,2	Картофель отварной в молоке	5,2	6,0	32,1
54-1xh	200	81,0	Компот из сухофруктов	0,5	0,0	19,8
	70	168,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,5	1,2	35,7
	<b>900</b>	<b>884,1</b>		<b>29,9</b>	<b>31,1</b>	<b>121,1</b>

##### Вторник

54-2a	100	14,2	Овощи в нарезке (огурец)	0,8	0,2	2,5
54-25c	250	138,6	Суп картофельный с горохом	5,1	5,0	18,3
439*	120	220,6	Печень говяжья тушеная	14,2	14,5	8,1
302*	180	208,6	Каша гречневая	7,0	7,0	29,4
	200	93,2	Сок	0,5	0,0	22,8
	70	168,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,5	1,2	35,7
	<b>920</b>	<b>843,2</b>		<b>31,1</b>	<b>27,9</b>	<b>116,8</b>

##### Среда

54-14a	100	122,3	Салат из свеклы с курагой, изюмом	1,7	5,3	16,7
54-1c	250	88,5	Щи из свеж.капусты со сметаной	1,8	6,1	6,6
54-11p	120	187,3	Рыба тушеная с овощами	16,2	10,1	7,9
54-6c	180	250,9	Рис отварной	4,3	6,5	43,8
54-21xh	200	65,3	Кисель из ягод	0,1	0,1	16,0
	80	192,0	Хлеб ржаной, пшеничный	4,0	1,3	42,0
	<b>930</b>	<b>906,3</b>		<b>28,1</b>	<b>29,4</b>	<b>133,0</b>

##### Четверг

54-3a	100	21,4	Овощи в нарезке (помидор)	1,0	0,2	3,9
54-4c	250	116,8	Рассольник домашний	2,0	5,7	14,3
54-6m	100	300,5	Биточек мясной	17,7	18,1	16,7
54-8r	180	141,6	Капуста тушеная	4,2	6,0	17,7
54-1xh	200	81,0	Компот из сухофруктов	0,5	0,0	19,8
	90	216,0	Хлеб ржаной, пшеничный	4,5	1,5	46,1
	<b>920</b>	<b>877,3</b>		<b>29,9</b>	<b>31,5</b>	<b>118,5</b>

##### Пятница

39*	100	111,5	Салат витаминный	1,0	7,1	10,9
162*	250	170,5	Суп молочный с овощами	4,6	7,4	21,4
54-25m	120	165,6	Курица тушеная	16,1	8,8	5,5
54-1r	180	249,2	Макароны отварные	5,9	6,4	42,0
54-11xh	200	32,7	Компот из ягод	0,1	0,1	7,9
	80	168,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,5	1,2	35,7
	<b>930</b>	<b>897,5</b>		<b>31,2</b>	<b>31,0</b>	<b>123,4</b>

№ рецептура*	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Пищевые вещества, г		
				Белки	жиры	углеводы

## 2 неделя

### Понедельник

№ рецептура	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Белки	жиры	углеводы
54-3з	100	21,4	Овощи в нарезке (помидор)	1,0	0,2	3,9
54-2с	250	110,0	Борщ с капустой и картофелем	2,0	5,6	12,9
54-2м	120	267,3	Гуляш из говядины	18,6	18,6	5,5
54-13г	180	166,2	Картофельное пюре	3,8	6,2	23,8
	200	93,2	Сок	0,5	0,0	22,8
	90	216,0	Хлеб ржаной, пшеничный	4,5	1,5	46,1
<b>940</b>	<b>874,1</b>			<b>30,4</b>	<b>32,1</b>	<b>115,0</b>

### Вторник

№ рецептура	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Белки	жиры	углеводы
54-8з	100	109,6	Салат из капусты с морковью	1,6	7,2	9,6
54-25с	250	138,6	Суп картофельный с горохом	5,1	5,0	18,3
54-11р	120	187,3	Рыба тушеная с овощами	16,2	10,1	7,9
54-6г	180	250,9	Рис отварной	4,3	6,5	43,8
54-21м	200	65,3	Кисель из ягод	0,1	0,1	16,0
	70	168,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,5	1,2	35,7
<b>920</b>	<b>919,7</b>			<b>30,8</b>	<b>30,1</b>	<b>131,3</b>

### Среда

№ рецептура	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Белки	жиры	углеводы
39*	100	111,5	Салат витаминный	1,0	7,1	10,9
54-17с	250	156,0	Суп из овощей с фрикадельками	6,2	7,0	17,0
54-25м	120	165,6	Курица тушеная	16,1	8,8	5,5
541*	180	155,8	Рагу овощное	2,8	7,8	18,6
54-1м	200	81,0	Компот из сухофруктов	0,5	0,0	19,8
	90	216,0	Хлеб ржаной, пшеничный	4,5	1,5	46,1
<b>940</b>	<b>885,9</b>			<b>31,1</b>	<b>32,2</b>	<b>117,9</b>

### Четверг

№ рецептура	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Белки	жиры	углеводы
54-13з	100	78	Салат из свеклы отварной с яйцом	2,3	4,7	6,7
54-4с	250	116,8	Рассольник домашний	2,0	5,7	14,3
439*	120	220,6	Печень говяжья тушеная	14,2	14,5	8,1
54-8г	180	141,1	Капуста тушеная	4,3	5,8	17,7
	200	93,2	Сок	0,5	0,0	22,8
	90	216,0	Хлеб ржаной, пшеничный	4,5	1,5	46,1
<b>940</b>	<b>866,0</b>			<b>27,8</b>	<b>32,2</b>	<b>115,7</b>

### Пятница

№ рецептура	Выход	Кал-ть	Наименование блюда	Белки	жиры	углеводы
54-8з	100	118,6	Салат из капусты с морковью	1,6	8,2	9,6
162*	250	173,4	Суп молочный с рисом	5,9	6,9	22,6
256*	100	105,2	Рыба отварная	13,2	4,8	2,3
54-10г	180	203,2	Картофель отварной в молоке	5,2	6,0	32,1
54-11м	200	65,3	Компот из ягод	0,1	0,1	16,0
	100	240,0	Хлеб ржаной, пшеничный	5,0	1,7	51,2
<b>930</b>	<b>905,7</b>			<b>31,0</b>	<b>27,7</b>	<b>133,8</b>

В процессе изготовления продукции не используются: пищевые добавки, биологически-активные добавки, компоненты, полученные с применением генно-модифицированных организмов.

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск 2021

\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Москва- 2004 \*

Зав. производством

Бухгалтер