



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №61 им. П.Е. Ладана
Табаровец Е.В.
2024г.



ИП Зарянова А.П.
2024г.

Примерное 2-х недельное меню
для организации горячего питания учащихся МБОУ СОШ №61 им. Ладана П.Е., 1-4х классов
осенне - зимний период 2024 - 2025 гг.

наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергитич еская	№ Рецептуры
		б	ж	у		
ПОНЕДЕЛЬНИК						
ЗАВТРАК						
Сул. молочный с макаронными изделиями	200	8,30	10,10	30,60	246,50	№ 160 2004г
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	60,80	№ 712/713 2008г
Сыр твердый порциями	10	2,33	2,95	0,00	35,87	№ 33 2008г
Масло сливочное	10	1,22	3,77	7,31	68,05	№ 32 2008г
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	560	15,51	17,48	82,04	547,52	
ВТОРНИК						
ЗАВТРАК						
Омлет с морковью, запеченый	200	9,85	14,73	28,91	287,61	№ 348 2008г
Горошек зеленый консервированный	60	2,52	0,17	5,10	32,01	№ 27а 2008г
Какао с молоком	200	3,08	3,50	17,80	115,02	№ 725 2008г
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	500,00	18,51	18,66	71,14	526,54	

СРЕДА										
ЗАВТРАК										
Шипень рубленый	90	11,29	11,02	5,94	168,10	№ 465 2008г				
Р и отварной	150	3,69	7,37	28,75	196,09	№ 215 2008г				
Сюенья в ассортименте	60	0,48	0,06	1,02	6,54	технологическая карта табл.				
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.				
Чай с сахаром, лимоном	200	0,30	0,01	15,20	62,09	№ 714 2008г				
Итого за завтрак:	540	18,82	18,72	70,24	524,72					
ЧЕТВЕРГ										
ЗАЛТРАК										
Каша молочная вязкая с рисом, маслом	200	10,13	15,44	36,62	325,96	№ 302 2004г				
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	технологическая карта табл.				
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.				
Кофейный напиток	200	2,01	2,00	18,00	98,04	№ 719 2008г				
Итого за завтрак:	540	15,60	18,10	83,75	560,30					
ПЯТНИЦА										
ЗА ВТРАК										
Поджарка	90	7,63	12,97	18,01	219,29	№ 424 2008г				
Соленья в ассортименте	60	0,48	0,06	1,02	6,54	технологическая карта табл.				
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,48	5,78	25,62	180,42	№ 513 2008г				
Чай с сахаром, лимоном	200	0,30	0,01	15,20	62,09	№ 714 2008г				
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.				
Итого за завтрак:	540	17,95	19,08	79,18	560,24					
2-я неделя										
ПОНЕДЕЛЬНИК										
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" с маслом, сахаром	200	8,31	9,72	29,72	239,60	№ 297 2004г				
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	60,80	№ 712/713 2008г				
Масло сливочное	10	1,22	3,77	7,31	68,05	№ 32 2008г				
Сыр твердый порциями	10	2,33	2,95	0,00	35,87	№ 33 2008г				
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.				

Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	560	15,52	17,1	81,16	540,62	
ВТОРНИК						
ЗАВТРАК						
Завтрак творожная с рисом	160	15,17	14,27	32,17	317,79	№ 366 2008г
Сосис сметанный	20	0,67	2,1	0,95	25,38	технологическая карта табл.
Чай с сахаром, лимоном	200	0,30	0,01	15,20	62,09	№ 714 2008г
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	520	19,6	17,04	77,45	541,56	
СРЕДА						
ЗАВТРАК						
Свегла отварная с маслом	60	2,13	1,01	8,69	52,37	№ 51 2004г
Рыба тушёная в томате с овощами	90	5,7	9,87	3,8	126,83	№ 340 2008г
Пюре картофельное	150	3,12	4,87	20,37	137,79	№ 525 2008г
Косейный напиток	200	2,01	2	18	98,04	№ 692 2004г
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	540	16,02	18,01	70,19	506,93	
ЧЕТВЕРГ						
ЗАВТРАК						
Соленья в ассортименте	60	0,48	0,06	1,02	6,54	технологическая карта табл.
Тертые мясные с соусом	90	5,43	7,03	6,42	110,67	№ 462 2004г
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,48	5,78	25,62	180,42	№ 513 2008г
Кофейный напиток с молоком	200	3,6	2,7	29,2	155,50	№ 692 2004г
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	540	19,05	15,83	81,59	545,03	
ПЯТНИЦА						
ЗАВТРАК						
Каша манная молочная	200	7,01	7,15	14,84	151,75	№ 318 2004г
Сыр твердый порциями	10	2,33	2,95	0,00	35,87	№ 33 2008г
Масло сливочное	10	1,22	3,77	7,31	68,05	№ 32 2008г

Кисао с молоком	200	3,08	3,50	17,80	115,02	№ 725 2008г
Хлеб пшеничный	40	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	560	17,1	18,03	69,08	506,99	

1. Сборник технологических нормативов под редакцией В.Т.Дашинной, 2004г. Хлебпродлинформ.

2. Сборник технологических документов под редакцией Л.Е.Галунова, СРШП 2004г., Т.Дабзина, 2008г. Санкт-Петербург