



Согласовано:



Примерное 2-х недельное меню завтраков и обедов
 для организации горячего питания учащихся СВО (из маломужских семей), многодетных семей возрастной категории 12 лет и старше
 осенне - зимний период 2024 - 2025 гг.

Наименование блюда	масса порции	пищевые вещества			энергетическая	№ Рецептуры
		б	ж	у		
1-я неделя						
ПОНЕДЕЛЬНИК						
ЗАВТРАК						
Суп 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, запеченный	200	9,85	14,73	28,91	287,61	№ 348 2008г
Горошек зеленый консервированный	100	4,20	0,28	8,50	53,32	№ 27а 2008г
Какао с молоком	200	3,08	3,50	17,80	115,02	№ 725 2008г

Хлеб пшеничный	50	3,82	0,32	24,16	114,80	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	550,00	20,95	18,83	79,37	570,75	
СРЕДА						
ЗАВТРАК						
Шницель рубленый	90	11,29	11,02	5,94	168,10	№ 465 2008г
Рис Оларной	150	3,69	7,37	28,75	196,09	№ 215 2008г
Соленая в ассортименте	100	0,80	0,10	1,70	10,90	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:	580	19,14	18,76	70,92	529,08	
ЧЕТВЕРГ						
ЗАВТРАК						
Каша молочная вязкая с рисом, маслом	250	12,66	19,3	45,77	407,42	№ 303 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:	590	18,13	21,96	92,90	641,76	
ПЯТНИЦА						
ЗАВТРАК						
Поджарка	90	7,63	12,97	18,01	219,29	№ 438 2008г
Соленая в ассортименте	100	0,80	0,10	1,70	10,90	технологическая карта табл.
Каша гречневая рассычатая	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:	580	18,27	19,12	79,86	564,60	
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	
ВТОРИК						
ЗАВТРАК						
Запеканка творожная с рисом	200	18,96	17,84	40,21	397,24	№ 366 2008г
Соеус 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:	560	23,39	20,61	85,49	621,01	
СРЕДА						
ЗАВТРАК						
Свекольный отвар с маслом	100	3,55	1,68	14,48	87,24	№ 51 2004г
Рыба тушеная 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
Кофейный 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:	580	17,44	18,68	75,98	541,8	
ЧЕТВЕРГ						
ЗАВТРАК						
Соленая в ассортименте	60	0,48	0,06	1,02	6,54	технологическая карта табл.
Тертые мясные	90	5,43	7,03	6,42	110,67	№ 462 2004г
Каша гречневая рассыпчатая	200	8,64	7,7	34,16	240,50	№ 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:	590	21,21	17,75	90,13	605,11	
ПЯТНИЦА						
ЗАВТРАК						
Каша молочная с рисом вязкая	210	7,01	7,15	17,84	163,75	№ 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
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.

Фру-кы Свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	570	17,1	18,03	72,08	518,99	

1. Сборник техн. документов под редакцией В. Т. Лапиной, 2004г. Хлебродинформ.

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