



МЕНЮ ЗАВТРАКОВ

для обучающихся начального общего образования 1-4 класс

Возрастная категория 7-11 лет

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

1 неделя

Понедельник

54-1а	15	53,8	Сыр в нарезке	3,5	4,4	0,0
302*	200	199,0	Каша молочная геркулесовая	6,2	7,6	26,5
54-21гн	200	106,8	Какао с молоком	4,3	4,4	12,5
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,8
	100	44,5	Фрукт (яблоко)	0,1	0,1	10,8
565 524,1				16,6	17,3	75,6

Вторник

54-2о	180	195,0	Омлет с зеленым горошком	11,4	13,5	7,0
54-3гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
441*	45	139,1	Выпечное изделие	4,3	3,6	22,5
	30	72,0	Хлеб ржаной, пшеничный	1,5	0,5	15,3
	100	80,8	Фрукт (банан)	0,4	0,0	19,8
555 513,7				17,8	17,6	71,1

Среда

54-19а	10	74,8	Масло сливочное	0,1	8,2	0,1
54-5м	50	87,7	Котлета из курицы	9,5	2,5	6,8
54-11г	150	139,4	Картофельное пюре	3,2	5,2	19,8
54-3гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
	50	121,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,6	0,8	25,8
	100	39,6	Фрукт (апельсин)	0,1	0,0	9,8
560 489,3				15,7	16,7	68,8

Четверг

54-1т	150	292,0	Запеканка из творога с молочным соусом	16,7	15,0	22,5
54-2гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
	25	109,7	Кондитерское изделие (печенье, вафли)	1,0	2,5	20,8
	25	60,0	Хлеб ржаной, пшеничный	1,2	0,4	12,9
	100	44,5	Фрукт (яблоко)	0,1	0,1	10,8
500 533,0				19,2	18,0	73,5

Пятница

54-19а	10	75,0	Масло сливочное	0,1	8,2	0,1
54-21р	50	58,0	Котлета рыбная	7,1	1,4	4,2
54-10г	150	169,0	Картофель отварной в молоке	4,5	5,0	26,5
54-4гн	180	68,0	Чай с молоком и сахаром	2,5	2,3	9,5
	40	96,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,0	0,7	20,5
	100	80,8	Фрукт (банан)	0,4	0,0	19,8
530 546,8				16,6	17,6	80,6

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

2 неделя

Понедельник

54-1з	15	53,8	Сыр в нарезке	3,5	4,4	0,0
54-25к	200	206,0	Каша молочная пшеничная	6,1	7,8	27,7
54-23гн	200	91,2	Кофейный напиток с молоком	3,8	3,5	11,2
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,8
	100	39,6	Фрукт (апельсин)	0,1	0,0	9,8
565 510,6				16,0	16,5	74,5

Вторник

54-2о	180	195,0	Омлет с зеленым горошком	11,4	13,5	7,0
54-3гн	200	41,0	Чай с сахаром, лимоном	0,2	0,0	10,0
441*	45	139,1	Выпечное изделие	4,3	3,6	22,5
	35	84,0	Хлеб ржаной, пшеничный	1,7	0,6	18,0
	100	44,5	Фрукт (яблоко)	0,1	0,1	10,8
560 503,6				17,7	17,8	68,3

Среда

54-9м	160	260,4	Жаркое по-домашнему	16,0	15,2	15,8
54-3гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,8
	100	80,8	Фрукт (банан)	0,4	0,0	19,8
510 488,0				19,1	16,0	68,0

Четверг

54-1т	150	292,0	Запеканка из творога с молочным соусом	16,7	15,0	22,5
54-2гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
	25	109,7	Кондитерское изделие (печенье, вафли)	1,0	2,5	20,8
	25	60,0	Хлеб ржаной, пшеничный	1,2	0,4	12,9
	100	39,6	Фрукт (апельсин)	0,1	0,0	9,8
500 528,1				19,2	17,9	72,5

Пятница

54-3г	160	254,7	Макароны отварные с сыром	9,8	11,5	28,0
54-23гн	200	91,2	Кофейный напиток с молоком	3,8	3,5	11,2
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,8
	100	44,5	Фрукт (яблоко)	0,1	0,1	10,8
510 510,4				16,2	15,9	75,8

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

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

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

Зав. производством _____

Бухгалтер _____



МЕНЮ ЗАВТРАКОВ
для обучающихся по программе АСП
Возрастная категория 12 лет и старше

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

1 неделя

Понедельник

54-1з	20	71,7	Сыр в нарезке	4,7	5,9	0,0
302*	200	199,0	Каша молочная геркулесовая	6,2	7,6	26,5
54-21гн	200	106,8	Какао с молоком	4,3	4,4	12,5
	60	144,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,1	1,0	30,7
	100	44,5	Фрукт (яблоко)	0,1	0,1	10,8
	580	566,0		18,4	19,0	80,5

Вторник

54-2о	200	214,0	Омлет с зеленым горошком	12,9	15,3	6,3
54-3гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
441*	45	139,1	Выпечное изделие	4,3	3,6	22,5
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,8
	100	80,8	Фрукт (банан)	0,4	0,0	19,8
	595	580,7		20,3	19,7	80,9

Среда

54-19з	10	75,0	Масло сливочное	0	8,2	0,1
54-5м	100	146,1	Котлета из курицы с соусом	15,2	4,0	12,4
54-11г	150	139,4	Картофельное пюре	3,2	5,2	19,8
54-3гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
	60	144,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,1	1,0	30,7
	100	39,6	Фрукт (апельсин)	0,1	0,0	9,8
	620	570,9		21,8	18,4	79,3

Четверг

54-1т	200	378,1	Запеканка из творога с молочным соусом	20,1	19,7	30,0
54-2гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
	30	86,0	Кондитерское изделие (печенье, вафли)	0,6	2,0	16,7
	30	72,0	Хлеб ржаной, пшеничный	1,5	0,5	15,3
	100	44,5	Фрукт (яблоко)	0,1	0,1	10,8
	560	607,4		22,5	22,3	79,3

Пятница

54-19з	10	75,0	Масло сливочное	0	8,2	0,1
54-21р	100	105,6	Котлета рыбная с соусом	11,4	2,8	8,7
54-10г	150	169,0	Картофель отварной в молоке	4,5	5,0	26,5
54-4гн	200	75,7	Чай с молоком и сахаром	2,8	2,5	10,5
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,8
	100	80,8	Фрукт (банан)	0,4	0,0	19,8
	610	626,1		21,6	19,3	91,4

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

2 неделя

Понедельник

54-1з	20	71,7	Сыр в нарезке	4,7	5,9	0,0
54-25к	200	206,0	Каша молочная пшенная	6,1	7,8	27,7
54-23гн	200	91,2	Кофейный напиток с молоком	3,8	3,5	11,2
	70	168,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,5	1,2	35,7
	100	39,6	Фрукт (апельсин)	0,1	0,0	9,8
590 576,5				18,2	18,4	84,4

Вторник

54-2о	200	214,0	Омлет с зеленым горошком	12,9	15,3	6,3
54-3гн	200	41,0	Чай с сахаром, лимоном	0,2	0,0	10,0
441*	45	139,1	Выпечное изделие	4,3	3,6	22,5
	60	144,0	Хлеб ржаной, пшеничный	3,1	1,0	30,7
	100	44,5	Фрукт (яблоко)	0,1	0,1	10,8
605 582,6				20,6	20,0	80,3

Среда

54-4м	100	242,0	Котлета мясная с соусом	13,9	14,4	14,6
54-10г	150	169,0	Картофель отварной в молоке	4,5	5,0	26,5
54-3гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,8
	100	80,8	Фрукт (банан)	0,4	0,0	19,8
600 638,6				21,5	20,2	93,2

Четверг

54-1т	200	378,1	Запеканка из творога с молочным соусом	20,1	19,7	30,0
54-2гн	200	26,8	Чай с сахаром	0,2	0,0	6,5
	30	86,0	Кондитерское изделие (печенье, вафли)	0,6	2,0	16,7
	30	72,0	Хлеб ржаной, пшеничный	1,5	0,5	15,3
	100	39,6	Фрукт (апельсин)	0,1	0,0	9,8
560 602,5				22,5	22,2	78,3

Пятница

54-3г	200	360,7	Макароны отварные с сыром	14,4	17,1	37,3
54-23гн	200	91,2	Кофейный напиток с молоком	3,8	3,5	11,2
	50	120,0	Хлеб ржаной, пшеничный	2,5	0,8	25,8
	100	44,5	Фрукт (яблоко)	0,1	0,1	10,8
550 616,4				20,8	21,5	85,1

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

