

«Утверждено» А.И.Е.
Начальник Кухни/Администрация образования
для внедрения в практику Муниципального образования
Кувшиновский район
В.О.Борисюнова



**Муниципальное примерное 15- дневное меню (завтрак+обед)
для организации питания детей возрастом 12 лет и старше
на период летнего отдыха и оздоровления
в 2023 году**

УТВЕРЖДАЮ

Министр образования
и науки Республики Беларусь
(должность)

Александр Александрович
(подпись)

2025 г. _____ (дата)



Меню
приготовил
Ивамылх
Блюд

Возрастная
категория: 12 и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная с маслом сливочным	180	3,44	5,27	17,73	237,58 (106(сб))	
	Хлебо-булочные изделия с начинкой	50	6,35	3,65	16,60	125 таб	
	Бутерброд с маслом	45	5,90	18,73	37,23	153,68 (1774)	
	Кофейный напиток с молоком	200	4,98	4,36	19,04	134,28 (286(сб))	
	Фрукты	125	0,50	0,50	12,25	58,75 199	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		600	21,17	32,51	102,85	709,29	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	100	0,79	3,10	2,46	40 16	
	Суп картофельный с круглой рисовой	250	0,95	2,40	7,15	135,65 (114(1252))	
	Жаркое по-домашнему	200	23,82	22,42	25,52	419,6 (294(1254))	
	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25 (108 таб)	
	Хлеб ржаной	70	4,76	0,91	28,00	140,7 (109 таб)	
	Сок яблочный	200	1,00	0,20	0,20	92 270	
ИТОГО ЗА ОБЕД		875	35,50	29,47	90,39	957,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1475	56,67	61,98	193,24	1666,49	

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1563	56,79	69,94	229,75	1697,38	
День 12							
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	41	5,21	4,72	0,00	64,37	209(774)
	Икра кабачковая	160	2,38	3,76	14,03	101,44	232(сб)
	Сыр порционный Российский	25	5,80	7,38	0,00	91	таб
	Хлебобулочное изделие(батон)	20	1,50	0,58	10,28	52,4	149
	Печенье сахарное	44	3,30	4,31	32,74	183,48	таб
	Кофейный напиток с молоком	200	4,98	4,36	19,04	134,28	286(сб)
	Фрукты	125	0,50	0,50	12,25	58,75	199
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		615	23,67	25,61	88,34	685,72	
ОБЕД	Салат из моркови	100	0,68	1,85	5,44	69,13	9(сб)
	Супл картофельный с мясными фрикадельками	250	4,33	2,52	3,87	140,35	48(сб)
	Котлеты рыбные любительские	100	14,97	5,01	7,21	152,22	346(691)
	Картофельное пюре	180	3,53	10,30	23,38	200,84	429(691)
	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25	108таб
	Хлеб ржаной	70	4,76	0,91	28,00	140,7	109(таб)
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,58	0,02	27,56	124,68	508(691)
ИТОГО ЗА ОБЕД		955	33,03	21,05	122,52	957,17	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1570	56,70	46,66	210,86	1642,89	
День 13							
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная пшеница (с маслом и сахаром)	200	5,14	5,86	14,70	240	182(774)
	Какао с молоком	200	3,60	2,94	16,08	104,08	382(774)
	Фрукты	125	0,50	0,50	12,25	58,75	199
	Хлебо-булочные изделия с начинкой	50	6,35	3,65	16,60	125	таб
	Бутерброд с маслом	45	5,90	18,73	37,23	153,68	1(774)
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		620	21,49	31,68	96,86	681,51	
ОБЕД	Овощи натуральные (огурцы)	100	0,80	0,10	2,50	14	106(691)
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,28	3,90	13,32	98,33	82(774)
	Котлеты мясо-картофельные	100	13,87	23,90	3,92	320	316(1252)
	Капуста тушеная	180	4,73	3,51	16,61	119,66	235(сб)
	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25	108таб
	Хлеб ржаной	70	4,76	0,91	28,00	140,7	109(таб)
	Сок персиковый	200	0,00	0,00	33,00	136	таб
ИТОГО ЗА ОБЕД		955	30,62	32,76	124,41	957,94	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1575	52,11	64,44	221,27	1639,45	

