

Согласовано:

Директор
МБОУ СОШ №16
г. Кирова
С. В. Юршинов
" 12 " 03 2021 г.



Утверждаю:

К
начальник КПП
МКУ "КП и СП"
Кораблин М.Л.
10.03.2021 г.



МЕНЮ
для организованного питания
учащихся 1-х - 4-х классов
вторая смена

меню с 7 до 11 лет, 1-4 классы 2 смена
1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
понедельник						
Обед 1-4 классы 2 смена						
суп картофельный с бобовыми	200	5,0	4,0	16,0	118,0	139/4
кнели из кур	90	19,0	19,0	6,0	250,0	505/4
рожки отварные	150	4,0	6,0	39,0	229,0	273/96
компот из кураги	200	1,0	0,0	31,0	123,0	702/97
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	35.02
итого	715	35,0	31,0	132,0	926,0	
вторник						
Обед 1-4 классы 2 смена						
борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,0	6,0	10,0	107,0	110/4
зразы ленивые	90	10,00	25,00	23,00	240,00	300.06/ттк
рис отварной	150	14,0	6,0	31,0	223,0	465/96
напиток яблочный	200	2,00	0,00	27,00	111,00	190/ттк
батон	25	2,00	1,00	13,00	69,00	35/ттк
хлеб ржаной	50	4,0	0,0	30,0	142,0	299.02ттк
итого	725	33,00	38,00	134,00	892,0	
среда						
Обед 1-4 классы 2 смена						
суп крестьянский со сметаной	200/10	2,0	9,0	8,0	107,0	134/4
котлета из рыбы	90	10,0	6,0	2,0	141,0	324/96
пюре картофельное по-домашнему	150	3,0	5,0	24,0	159,0	226.01
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	588/96
батон оздоровительный	75	6,0	2,0	36,0	182,0	
итого	725	24,0	22,0	96,0	760,0	
четверг						
Обед 1-4 классы 2 смена						
щи из свежей капусты и картофеля со сметаной	200/10	1,00	7,00	7,00	101,00	120/96
котлета домашняя	90	13,00	21,00	11,00	281,00	476/97
каша гречневая рассыпчатая	150	6,00	10,00	28,00	222,00	297/4
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	773/ттк
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	35/ттк
хлеб ржаной	50	4,0	0,0	30,0	142,0	299.02ттк
итого	725	26,0	39,0	109,0	911,0	
пятница						
Обед 1-4 классы 2 смена						
суп карт.с макаронными изделиями (вермишель)	200	2,00	2,00	17,00	99,00	140/4
сосиски отварные	100	12,00	24,00	2,00	266,00	413/4
капуста тушеная	150	4,00	5,00	15,00	116,00	482/96
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	770ттк
батон	25	2,00	1,00	13,00	69,00	35/ттк
хлеб ржаной	50	4,0	0,0	30,0	142,0	299.02ттк
итого	725	24,0	32,0	101,0	788,0	
суббота						
Обед 1-4 классы 2 смена						
суп из овощей со сметаной	200/10	2,0	7,0	9,0	103,0	132/96
шницель рубленый из говядины	90	10,0	17,0	16,0	250,0	451/4
пюре гороховое по-домашнему	150	14,0	6,0	31,0	233,0	284/ттк
компот из изюма	200	0,0	0,0	28,0	109,0	702/97
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	25.02
итого	725	32,0	32,0	124,0	901,0	
итого за 6 дней					5178,0	
среднее значение за период					863,0	

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
2 неделя						
понедельник						
Обед 1-4 классы 2 смена						
суп картофельный с бобовыми	200	5,0	4,0	16,0	118,0	139/4
клецки из свинины с сыром	90	17,0	31,0	47,0	247,0	348.04
рис отварной	150	14,00	6,00	31,00	223,00	465/96
напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	312
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	25.02
итого	715	42,0	43,0	160,0	894,0	
вторник						
Обед 1-4 классы 2 смена						
борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,0	6,0	10,0	107,0	110/4
котлета рубленая из говядины	90	15,0	17,0	16,0	280,0	451/4
каша гречневая рассыпчатая	150	6,0	10,0	28,0	222,0	297/4
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	312.01ттк
батон	25	2,00	1,00	13,00	69,00	35/ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	299.02ттк
итого	700	27,0	35,0	107,0	859,0	
среда						
Обед 1-4 классы 2 смена						
суп крестьянский со сметаной	200/10	2,0	9,0	8,0	107,0	134/4
шницель из рыбы	90	10,0	6,0	2,0	141,0	324/96
пюре картофельное по-домашнему	150	3,0	5,0	24,0	159,0	226.01ттк
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	588/96
батон оздоровительный	75	6,0	2,0	36,0	182,0	
итого	725	24,0	22,0	96,0	760,0	
четверг						
Обед 1-4 классы 2 смена						
щи из свежей капусты и картофеля со сметаной	200/10	1,0	7,0	7,0	101,0	120/96
шницель деревенский	90	19,0	26,0	14,0	248,0	529.07
рожки отварные	150	4,0	6,0	39,0	229,0	273/96
комлот из кураги	200	1,0	0,0	31,0	123,0	312/ттк
батон	25	2,00	1,00	13,00	69,00	35/ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	299.02ттк
итого	700	30,0	41,0	120,0	885,0	
пятница						
Обед 1-4 классы 2 смена						
рассольник ленинградский со сметаной	200/10	2,0	7,0	14,0	126,0	129/96
котлета домашняя	90	13,0	21,0	11,0	281,0	476/97
рагу из овощей	150	3,0	6,0	16,0	132,0	215/96
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	773/ттк
батон	25	2,00	1,00	13,00	69,00	35/ттк
хлеб ржаной	50	4,0	0,0	30,0	142,0	299.02ттк
итого	725	24,0	35,0	104,0	846,0	
суббота						
Обед 1-4 классы 2 смена						
суп карт.с макаронными изделиями (вермишель)	200	2,0	2,0	17,0	99,0	140/4
биточек рубленый из говядины	90	15,0	17,0	16,0	280,0	451/4
каша гречневая рассыпчатая	150	6,0	10,0	28,0	222,0	297/4
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	190ттк
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	25.02
итого	715	31,0	31,0	128,0	918,0	
итого за 6 дней					5162,0	
среднее значение за период					860,0	

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная

- рекицен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептов 1996г, 1997г, 2004г, ТТК.

В примерном меню допускается замена продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов.

главный технолог

Исупова Л.И.

Исупова Л.И.