



Меню на 22.10.2024

Меню приготавливаемых блюд, в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Прием пищи  | Наименование блюда   | Вес блюда, г | Пищевые вещества, г |              |               | Энергетическая ценность | Рецептуры   |
|---|--|--------------|---------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|   |  |              | Белки               | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>2 Неделя</b>   |  |              |                     |              |               |                         |             |
| <b>Возрастная категория: 7-11 лет для льготной категории I смена</b>  |  |              |                     |              |               |                         |             |
| <b>День 7 (Вторник)</b>   |  |              |                     |              |               |                         |             |
| Завтрак   | Биточки из говядины (говядина, молоко 3,2%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная)  | 90           | 10,54               | 7,36         | 9,06          | 144,74                  | ТК №339-П   |
|   | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)   | 150          | 4,67                | 3,10         | 22,30         | 135,78                  | ТК №202-П   |
|   | Соус сметанный с томатом и луком (сметана 15%, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная, соль йодированная)   | 20           | 0,41                | 1,72         | 1,32          | 22,40                   | ТК №411-П   |
|   | Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)  | 200          | 0,20                | 0,05         | 8,05          | 33,44                   | ТК №457-П   |
|   | Хлеб пшеничный   | 20           | 1,52                | 0,16         | 9,84          | 46,80                   | ТК №573-П   |
|   | Кондитерские изделия (печенье песочное)  | 30           | 0,55                | 1,90         | 18,60         | 91,50                   | ТК №580-П   |
| <b>Итого за завтрак:</b>  |  | <b>510</b>   | <b>17,90</b>        | <b>14,29</b> | <b>69,18</b>  | <b>474,65</b>           |             |
| Обед  | Салат из капусты белокачанной (капуста белокачанная, морковь, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная)   | 90           | 1,40                | 4,89         | 3,81          | 64,85                   | ТК №1-П     |
|   | Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина 1 кат. (или говядина б/к), картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное 72,5%, яйцо куриное 1 кат., соль йодированная) | 200          | 5,41                | 3,45         | 11,83         | 100,03                  | ТК №80-Т    |
|   | Печень говяжья по-строгановски (печень говяжья, мука пшеничная, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)   | 90           | 16,16               | 5,29         | 5,64          | 134,80                  | ТК №356-П   |
|   | Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)   | 150          | 4,70                | 4,35         | 28,31         | 171,17                  | ТК №207-П   |
|   | Компот из ягод замороженных (смесь ягод замороженных, сахар)   | 180          | 0,17                | 0,06         | 6,92          | 28,92                   | ТК №491-П   |
|   | Хлеб ржаной  | 55           | 4,40                | 0,83         | 22,06         | 113,30                  | ТК №574-П   |
|   | Хлеб пшеничный   | 55           | 4,18                | 0,44         | 27,06         | 128,70                  | ТК №573-П   |
| <b>Итого за обед:</b>   |  | <b>820</b>   | <b>36,41</b>        | <b>19,31</b> | <b>105,62</b> | <b>741,77</b>           |             |
| <b>Итого за день 7:</b>   |  |              | <b>54,31</b>        | <b>33,60</b> | <b>174,80</b> | <b>1216,42</b>          |             |
| <b>Возрастная категория: 7-11 лет</b>   |  |              |                     |              |               |                         |             |
| <b>День 7 (Вторник)</b>   |  |              |                     |              |               |                         |             |
| Завтрак I смена   | Биточки из говядины (говядина, молоко 3,2%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная)  | 90           | 10,54               | 7,36         | 9,06          | 144,74                  | ТК №339-П   |
|   | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)   | 150          | 4,67                | 3,10         | 22,30         | 135,78                  | ТК №202-П   |
|   | Соус сметанный с томатом и луком (сметана 15%, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная, соль йодированная)   | 20           | 0,41                | 1,72         | 1,32          | 22,40                   | ТК №411-П   |
|   | Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)  | 200          | 0,20                | 0,05         | 8,05          | 33,44                   | ТК №457-П   |
|   | Хлеб пшеничный   | 20           | 1,52                | 0,16         | 9,84          | 46,80                   | ТК №573-П   |
|   | Кондитерские изделия (печенье песочное)  | 30           | 0,55                | 1,90         | 18,60         | 91,50                   | ТК №580-П   |
| <b>Итого за завтрак:</b>  |  | <b>510</b>   | <b>17,90</b>        | <b>14,29</b> | <b>69,18</b>  | <b>474,65</b>           |             |
| <b>Итого за день 8:</b>   |  |              | <b>17,90</b>        | <b>14,29</b> | <b>69,18</b>  | <b>474,65</b>           |             |
| <b>Возрастная категория 7-11 лет для обучающихся не относящихся к льготной категории, гипоаллергенная диета 4 класс, исключены: глютен, сахар, свинина, помидоры.</b> |  |              |                     |              |               |                         |             |
| <b>День 7 (Вторник)</b>   |  |              |                     |              |               |                         |             |
| Завтрак   | Биточки из говядины без пшеничного хлеба (говядина, молоко 3,2%, масло растительное, соль йодированная)  | 90           | 15,60               | 11,52        | 0,86          | 169,54                  | ТК №339/1-П |
|   | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)   | 150          | 4,67                | 3,10         | 22,30         | 135,78                  | ТК №202-П   |
|   | Чай без сахара (чай черный высшего сорта)  | 200          | 0,20                | 0,05         | 0,07          | 1,52                    | ТК №457/1-П |
| <b>Итого за завтрак:</b>  |  | <b>440</b>   | <b>20,47</b>        | <b>14,67</b> | <b>23,23</b>  | <b>306,84</b>           |             |

Зав. Столовой  Доценко И.М.

Технолог общ питания  Деменкова А.А.





«Утверждаю»

«Согласовано»  
 Директор МБОУ СОИ №6  
 Никонов Ю.Д.

Директор ООО «РД ГРУПП»  
 Денисов Д.В.

Меню на 22.10.2024

Меню приготавливаемых блюд, в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Прием пищи  | Наименование блюда   | Вес блюда, г | Пищевые вещества, г |              |               | ЭЦ, ккал       | № Рецептуры |
|---|--|--------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|-------------|
|   |  |              | Белки               | Жиры         | Углеводы      |                |             |
| <b>2 Неделя</b>   |  |              |                     |              |               |                |             |
| <b>Возрастная категория: 12 лет и старше для льготной категории I смена</b> |  |              |                     |              |               |                |             |
| <b>День 7 (Вторник)</b>   |  |              |                     |              |               |                |             |
| Завтрак   | Биточки из говядины (говядина, молоко 3,2%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная)  | 100          | 11,71               | 8,18         | 10,07         | 160,82         | ТК №339-П   |
|   | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)   | 180          | 5,60                | 3,72         | 26,76         | 162,94         | ТК №202-П   |
|   | Соус сметанный с томатом и луком (сметана 15%, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное 72,5%, мука пшеничная, соль йодированная)   | 30           | 0,62                | 2,58         | 1,98          | 33,60          | ТК №411-П   |
|   | Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)  | 200          | 0,20                | 0,05         | 8,05          | 33,44          | ТК №457-П   |
|   | Хлеб пшеничный   | 25           | 1,90                | 0,20         | 12,30         | 58,50          | ТК №573-П   |
|   | Кондитерские изделия (печенье песочное)  | 45           | 0,83                | 2,85         | 27,90         | 137,25         | ТК №580-П   |
| <b>Итого за завтрак:</b>  |  | <b>580</b>   | <b>20,86</b>        | <b>17,58</b> | <b>87,06</b>  | <b>586,54</b>  |             |
| Обед  | Салат из капусты белокочанной (капуста белокочанная, морковь, масло растительное, кислота лимонная, соль йодированная)   | 100          | 1,56                | 5,43         | 4,23          | 72,06          | ТК №1-П     |
|   | Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина 1 кат. (или говядина б/к), картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное 72,5%, яйцо куриное 1 кат., соль йодированная) | 250          | 5,84                | 3,84         | 15,08         | 118,30         | ТК №80-Т    |
|   | Печень говяжья по-строгановски (печень говяжья, мука пшеничная, сметана 15%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)   | 100          | 17,95               | 5,88         | 6,27          | 149,78         | ТК №356-П   |
|   | Каша перловая рассыпчатая (крупа перловая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)   | 180          | 5,63                | 5,22         | 33,97         | 205,40         | ТК №207-П   |
|   | Компот из ягод замороженных (смесь ягод замороженных, сахар)   | 200          | 0,19                | 0,07         | 7,69          | 32,13          | ТК №491-П   |
|   | Хлеб ржаной  | 65           | 5,20                | 0,98         | 26,07         | 133,90         | ТК №574-П   |
|   | Хлеб пшеничный   | 65           | 4,94                | 0,52         | 31,98         | 152,10         | ТК №573-П   |
| <b>Итого за обед:</b>   |  | <b>860</b>   | <b>41,31</b>        | <b>21,94</b> | <b>125,28</b> | <b>863,67</b>  |             |
| <b>Итого за день 7:</b>   |  |              | <b>62,17</b>        | <b>39,52</b> | <b>212,34</b> | <b>1450,21</b> |             |
| <b>Возрастная категория: 12 лет и старше</b>                                |  |              |                     |              |               |                |             |
| <b>День 7 (Вторник)</b>   |  |              |                     |              |               |                |             |
| Завтрак   | Биточки из говядины (говядина, молоко 3,2%, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная)  | 50           | 8,11                | 5,67         | 6,97          | 111,34         | ТК №339-П   |
|   | Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)   | 150          | 8,51                | 5,90         | 37,17         | 235,80         | ТК №202-П   |
|   | Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)  | 200          | 0,20                | 0,05         | 8,05          | 33,44          | ТК №457-П   |
|   | Хлеб пшеничный   | 20           | 1,52                | 0,16         | 9,84          | 46,80          | ТК №573-П   |
|   | Фрукт свежий   | 140          | 0,60                | 0,60         | 14,70         | 66,60          | ТК №82-П    |
| <b>Итого за завтрак:</b>  |  | <b>560</b>   | <b>18,94</b>        | <b>12,37</b> | <b>76,73</b>  | <b>493,97</b>  |             |

Зав. Столовой \_\_\_\_\_ Доценко И.М.

Технолог общ питания \_\_\_\_\_ Деменкова А.А.





**Меню на 22.10.2024**

**Возрастная категория 12 лет и старше, для обучающихся не относящихся к льготной категории, гипоаллергенная диета 5 класс, исключены: курица, рыба, яйцо, молочные продукты.**

| Прием пищи               | Наименование блюда   | Вес блюда, г | Пищевые вещества, г |              |               | ЭЦ, ккал      | № Рецептуры |
|--------------------------|--|--------------|---------------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
|                          |  |              | Белки               | Жиры         | Углеводы      |               |             |
| <b>2 Неделя</b>          |  |              |                     |              |               |               |             |
| <b>День 10 (Пятница)</b> |  |              |                     |              |               |               |             |
| Завтрак                  | Каша кукурузная с маслом растительным без молока (крупа кукурузная, сахар, масло растительное, соль) | 250          | 5,08                | 7,28         | 46,53         | 271,95        | ТК №233/2-П |
|                          | Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)  | 200          | 0,20                | 0,05         | 8,05          | 33,44         | ТК №457-П   |
|                          | Кондитерские изделия (печенье песочное)  | 45           | 0,83                | 2,85         | 27,90         | 137,25        | ТК №580-П   |
|                          | Хлеб пшеничный   | 50           | 3,80                | 0,40         | 24,60         | 117,00        | ТК №573-П   |
| <b>Итого за завтрак:</b> |  | <b>545</b>   | <b>9,90</b>         | <b>10,58</b> | <b>107,08</b> | <b>559,64</b> |             |

**Возрастная категория 12 лет и старше, для обучающихся не относящихся к льготной категории, гипоаллергенная диета 8 класс, исключены: рыба, яйцо, молоко, орехи, морковь.**

| Прием пищи               | Наименование блюда  | Вес блюда, г | Пищевые вещества, г |              |               | ЭЦ, ккал      | № Рецептуры |
|--------------------------|---|--------------|---------------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
|                          |   |              | Белки               | Жиры         | Углеводы      |               |             |
| <b>2 Неделя</b>          |   |              |                     |              |               |               |             |
| <b>День 10 (Пятница)</b> |   |              |                     |              |               |               |             |
| Завтрак                  | Каша кукурузная с маслом растительным без молока (крупа кукурузная, сахар, масло растительное, соль йодированная) | 250          | 5,08                | 7,28         | 46,53         | 271,95        | ТК №233/2-П |
|                          | Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%)  | 15           | 0,12                | 10,88        | 0,20          | 99,15         | ТК №79-П    |
|                          | Чай с сахаром (чай черный высшего сорта, сахар)   | 200          | 0,20                | 0,05         | 8,05          | 33,44         | ТК №457-П   |
|                          | Кондитерские изделия (печенье песочное)   | 45           | 0,83                | 2,85         | 27,90         | 137,25        | ТК №580-П   |
|                          | Хлеб пшеничный  | 50           | 3,80                | 0,40         | 24,60         | 117,00        | ТК №573-П   |
| <b>Итого за завтрак:</b> |   | <b>560</b>   | <b>10,02</b>        | <b>21,45</b> | <b>107,27</b> | <b>658,79</b> |             |

**Возрастная категория 12 лет и старше, для обучающихся относящихся к льготной категории, гипоаллергенная диета 9 класс, исключены продукты с содержанием глютенa.**

| Прием пищи               | Наименование блюда   | Вес блюда, г | Пищевые вещества, г |              |              | ЭЦ, ккал     | № Рецептуры   |
|--------------------------|--|--------------|---------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
|                          |  |              | Белки               | Жиры         | Углеводы     |              |               |
| <b>2 Неделя</b>          |  |              |                     |              |              |              |               |
| <b>День 10 (Пятница)</b> |  |              |                     |              |              |              |               |
| Завтрак                  | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным (крупа кукурузная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная) | 200          | 5,62                | 8,87         | 32,27        | 231,44       | ТК №233-П     |
|                          | Яйцо вареное (яйцо куриное 1 кат.)   | 40           | 4,77                | 4,05         | 0,25         | 56,55        | ТК №267-П     |
|                          | Какао с молоком (какао, сахар, молоко 3,2%)  | 200          | 2,09                | 1,55         | 10,48        | 64,68        | ТК №462-П     |
|                          | Кисломолочный напиток (йогурт питьевой 2,5%)   | 180          | 6,12                | 4,50         | 9,90         | 104,58       | ТК №470-П     |
|                          | <b>Итого за завтрак:</b>   |              | <b>620</b>          | <b>18,61</b> | <b>18,97</b> | <b>52,89</b> | <b>457,25</b> |

|                       |   |            |              |              |              |               |           |
|-----------------------|---|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-----------|
| Обед                  | Салат "Школьный" (свекла, огурцы соленые, горошек зеленый консервированный, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная)  | 100        | 1,42         | 3,62         | 6,45         | 64,08         | ТК №39-Т  |
|                       | Суп рыбный из консервов (консервы рыбные натуральные, картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)  | 250        | 5,55         | 6,99         | 17,76        | 156,03        | ТК №84-Т  |
|                       | Кнели из курицы с рисом (курица, крупа рисовая, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная)  | 100        | 12,31        | 11,81        | 5,28         | 176,71        | ТК №371-П |
|                       | Картофель, запеченный в сметанном соусе (картофель, сыр твердый (полутвердый), сметана 15%, мука пшеничная, масло растительное, масло сливочное 72,5%, компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимонная кислота) | 180        | 4,18         | 9,62         | 20,90        | 186,94        | ТК №181-П |
|                       | Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимонная кислота)  | 200        | 0,38         | 0,00         | 17,10        | 69,89         | ТК №495-П |
| <b>Итого за обед:</b> |   | <b>830</b> | <b>23,83</b> | <b>32,04</b> | <b>67,49</b> | <b>653,64</b> |           |

**Итого за день 10:**

| Прием пищи               | Наименование блюда   | Вес блюда, г | Пищевые вещества, г |      |          | ЭЦ, ккал | № Рецептуры |
|--------------------------|--|--------------|---------------------|------|----------|----------|-------------|
|                          |  |              | Белки               | Жиры | Углеводы |          |             |
| <b>2 Неделя</b>          |  |              |                     |      |          |          |             |
| <b>День 10 (Пятница)</b> |  |              |                     |      |          |          |             |
|                          | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным (крупа кукурузная, сахар, молоко 3,2%, масло сливочное 72,5%, соль йодированная) | 200          | 5,62                | 8,87 | 32,27    | 231,44   | ТК №233-П   |

|                   |  |     |       |       |       |        |           |
|-------------------|--|-----|-------|-------|-------|--------|-----------|
| Завтрак           | Булочка дорожная (мука пшеничная, сахар, масло сливочное 72,5%, масло растительное, дрожжи хлебопекарные, соль йодированная) | 60  | 3,92  | 8,87  | 5,44  | 117,32 | TK №543-П |
|                   | Какао с молоком (какао, сахар, молоко 3,2%)  | 200 | 2,09  | 1,55  | 10,48 | 64,68  | TK №462-П |
|                   | Хлеб пшеничный   | 25  | 1,90  | 0,20  | 12,30 | 58,50  | TK №573-П |
|                   | Кисломолочный напиток (йогурт питьевой 2,5%)   | 180 | 6,12  | 4,50  | 9,90  | 104,58 | TK №470-П |
| Итого за завтрак: |  | 665 | 19,66 | 23,99 | 70,38 | 576,52 |           |

Зав. Столовой \_\_\_\_\_ Доценко И.М.

Технолог общ питания \_\_\_\_\_ Деменкова А.А.