

СОГЛАСОВАНО:

Директор MAOY COII №9

MO г. Армавир

М.П.

« 01 » _____ 2024 г.
Т.М. Щербина



УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор ООО «Комбинат
школьного питания и торговли»

В.Н. Серикова

М.П.

« _____ » _____ 2024 г.



Перспективное примерное двухнедельное меню

Для организации горячего питания (завтраки) обучающиеся
от 12 лет и старше за родительскую плату в
общеобразовательных учреждениях

МО г. Армавир в 2024 -2025 г.г.

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД - ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ (ЗАВТРАКИ) на 85 руб

для детей за родительскую плату

сезон осень-зима

Возрастная категория от 12 лет и старше

Прем пищи	Масо тушеное	Вес блюда	Пищевые вещества г			Непер. угле	№ пациент
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 1	Каша гречневая вязкая со сливочным маслом	180	3,8	5	24,9	160,5	303/2015
День 1	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	NP
	Хлеб ржаной подпорованный	30	2	0,3	12,6	61	NP
	Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
Итого за 1 день		557	23,4	23,4	70,3	566,5	
День 2	Сыр твердый (порция)	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
	Запеканка из творога 5% со сгущенным молоком	155 (135/20)	22,5	17	43,4	284	223/2015
	Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	NP
	Фрукты свежие (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	338/2015
Итого за 2 день		555	34,4	26,6	90,7	601,5	
День 3	Капуста квашеная	60	0,9	0,06	3,1	16,2	70/2015
	Пау из птицы	200(75/125)	14,2	12,1	17,3	237	289/2015
	Хлеб пшеничный	50	3,5	0,5	25	102,5	NP
	Хлеб ржаной подпорованный	40	2,6	0,4	16,8	82	NP
	Кисель плодово-ягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	NP
Итого за 3 день		550	21,2	13,06	85,2	529,7	
День 4	Котлета из мяса говядины 1-й категории с соусом томатным	90/40	9,7	11,2	10	148	268/2015
	Макаронны отварные с маслом сливочным	150	5,4	5,8	30,4	195	203/2015
	Орпцы соленые (доп.гарнир)	30	0,3	0,1	0,5	3	70/2015
	Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	10,1	30	NP
	Хлеб ржаной подпорованный	30	2	0,3	12,6	61	NP
Итого за 4 день		577	19,1	17,6	78,8	497	
День 5	Фрикадельки из кур со сливочным маслом	90(80/10)	10,8	18,9	6,1	239	297/2015
	Пау овощное	150	3,5	7,6	16	146	541/2004
	Орпцы соленые (доп.гарнир)	30	0,3	0,1	0,5	3	70/2015
	Компот из сухофруктов	200	1,2	0	38,8	132	349/2015
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,1	82	NP
	Хлеб ржаной подпорованный	40	2,6	0,4	16,8	82	NP
Итого за 5 день		550	21,2	27,4	98,3	684	
Неделя 2	Гуляш	100(50/50)	14,5	16,7	2,8	221	260/2015
	Каша рисовая вязкая со сливочным маслом	150	3,2	4,2	20,8	133	303/2015
	Икра кабаховая (доп.гарнир)	30	0,35	1,4	2,3	23,5	NP
	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	28	115	342/2015
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,1	82	NP
	Хлеб ржаной подпорованный	30	2	0,3	12,6	61	NP
Итого за 6 день		550	23,05	23,2	86,6	635,5	
День 7	Котлеты рубленые из птицы с соусом томатным	90/40	15,6	16,1	10	277	294/2015
	Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	150	3,2	4,2	20,8	133	303/2015
	Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,1	82	NP
	Хлеб ржаной подпорованный	30	2	0,3	12,6	61	NP
Итого за 7 день		550	27,6	24,4	81	672	

Технолог МП "КШПИТ"

В.Г.Свинцова

День 8	Капуста квашеная	60	0,9	0,06	3,1	16,2	70/2015
	Рыб из птицы	200(75/125)	14,2	12,1	17,3	237	289/2015
	Кофейный напиток с молоком	200	3	1,2	14,7	93	379/2015
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,1	82	ПР
	Хлеб ржаной подпорованный	50	3,2	0,1	21	103	ПР
Итого за 8 день		550	24,1	13,86	76,2	531,2	
День 9	Рыба тушеная с томатом и овощами	100/50	14,5	7,3	5,7	157	229/2015
	Картофельное пюре со сливочным маслом	150	3,1	4,9	21,9	137	312/2015
	Огурцы соленые (доп.гарнир)	20	0,2	0,1	0,3	2	70/2015
	Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
	Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	10,1	40	ПР
	Хлеб ржаной подпорованный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
Итого за 9 день		577	20,8	12,7	61,6	437	
День 10	Биточки из мяса говядины 1 категории	90	9,3	9,9	8	127	268/2015
	Капуста тушеная	150	3,8	6,9	16	112	321/2015
	Огурцы соленые (доп.гарнир)	30	0,3	0,1	0,5	3	70/2015
	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	11	65	388/2015
	Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,1	82	ПР
	Хлеб ржаной подпорованный	40	2,6	0,4	16,8	82	ПР
Итого за 10 день		550	19,4	17,9	72,4	471	
Среднее за 10 дней			23	20	80	563	