

Согласовано:  
директор МБОУ СОШ № 4

Утверждаю:  
председатель правления  
территориального  
потребительского общества

Е. В. Харитонова

Е. А. Завьялова

Среда 26.03.2025г.

### МЕНЮ

Основание: СанПин 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", зарегистрировано в Минюсте РФ 11 ноября 2020г. Регистрационный № 60833, А. Ю. Попова

#### ЗАВТРАК 1,2 СМЕНА

##### ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ ( ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)

Наименование блюда	Сборник рецептур 2004г.	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		
<b>Среда 26.03.2025г. (2 неделя 3 день п/п)</b>							
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным с подгарнировкой (Огурец солёный порционно)	табл.№4, №297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	33,14
		10	0,08	0,01	0,17	1,00	6,41
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе 50/50	№471	100	10,00	9,70	15,50	150,00	78,62
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,29
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	20,00	80,00	44,00
<b>Итого за приём</b>		<b>715</b>	<b>23,02</b>	<b>17,56</b>	<b>99,29</b>	<b>602,55</b>	<b>172,00</b>

#### ОБЕД 1,2 СМЕНА

##### ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7-11 ЛЕТ ( ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)

Икра кабачковая	порционно	100	1,20	4,70	7,70	78,00	31,00
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	№ 124	260	2,00	5,10	8,70	90,00	36,18
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	49,80
Котлеты или биточки рыбные (из минтая)	№388	100	12,56	3,00	8,90	106,00	64,57
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	161	0,25	0,25	5,72	29,82	53,34
<b>Итого за приём</b>		<b>1051</b>	<b>24,77</b>	<b>19,15</b>	<b>115,42</b>	<b>723,70</b>	<b>258,00</b>
<b>Итого завтрак, обед:</b>		<b>1766,00</b>	<b>47,79</b>	<b>36,71</b>	<b>214,71</b>	<b>1326,25</b>	<b>430,00</b>

#### ЗАВТРАК 1,2 СМЕНА

##### ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ 12 ЛЕТ СТАРШЕ ( ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)

Гречка рассыпчатая с маслом сливочным с подгарнировкой (Огурец солёный порционно)	табл.№4, №297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	33,14
		10	0,08	0,01	0,17	1,00	6,41
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе 50/50	№471	100	10,00	9,70	15,50	150,00	78,62
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,29
Чай с сахаром	№ 685	200	0,39	0,10	7,07	26,80	4,54
Сок(нектар) фруктовый,вырабатываемый промышленно в индивидуальной упаковке	№ 707	200	0,60	0,40	20,00	80,00	44,00
<b>Итого за приём</b>		<b>715</b>	<b>23,02</b>	<b>17,56</b>	<b>99,29</b>	<b>602,55</b>	<b>172,00</b>

#### ОБЕД 1,2 СМЕНА

##### ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ 12 ЛЕТ СТАРШЕ ( ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)

Икра кабачковая	порционно	100	1,20	4,70	7,70	78,00	31,00
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	№ 124	260	2,00	5,10	8,70	90,00	36,18
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	49,80
Котлеты или биточки рыбные (из минтая)	№388	100	12,56	3,00	8,90	106,00	64,57
Хлеб пшеничный	порционно	25	1,75	0,25	12,25	58,75	5,23
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	5,23
Компот из смеси сухофруктов	№639	200	1,00	0,10	27,50	110,00	12,65
Фрукт (яблоко) свежий	порционно	161	0,25	0,25	5,72	29,82	53,34
<b>Итого за приём</b>		<b>1051</b>	<b>24,77</b>	<b>19,15</b>	<b>115,42</b>	<b>723,70</b>	<b>258,00</b>
<b>Итого завтрак, обед:</b>		<b>1766,00</b>	<b>47,79</b>	<b>36,71</b>	<b>214,71</b>	<b>1326,25</b>	<b>430,00</b>

#### ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ДОТАЦИЯ)

##### ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл.№4, №297	180	10,20	7,10	44,30	286,00	12,33
Фрикаделька из мяса говядины	№471	60	8,60	8,20	3,40	122,00	38,86
Хлеб пшеничный	порционно	33	2,31	0,33	16,17	77,55	5,71
Чай с лимоном, с сахаром	№684,686	200	0,24	0,05	13,85	27,60	8,00
<b>Итого за приём</b>		<b>473</b>	<b>21,35</b>	<b>15,68</b>	<b>77,72</b>	<b>513,15</b>	<b>64,90</b>

Согласовано:  
директор МБОУ СОШ № 4

Утверждаю:  
председатель правления  
территориального  
потребительского общества

Е. В. Харитонова

Е. А. Завьялова

**МЕНЮ  
ЗАВТРАК, ОБЕД**

(ДЛЯ ДЕТЕЙ НУЖДАЮЩИХСЯ В ДИЕТИЧЕСКОМ ПИТАНИИ-САХАРНЫЙ ДИАБЕТ, СТОЛ №. 9)  
С 7-11 ЛЕТ, С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (ЛЬГОТНАЯ КАТЕГОРИЯ)

Наименование блюда	Сборник рецептур 200	Выход, г	Пищевые вещества			ЭЦ,ккал	Цена
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
<b>Среда 26.03.2025г. (2 неделя 3 день п/п)</b>							
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	табл №4, №29	180	10,20	7,10	44,30	286,00	
с подгарнировкой (Огурец свежий порционно)	стр 70-71	10	0,08	0,02	0,25	1,40	
Фрикаделька из мяса говядины, тушёные в соусе (без сахара)50/50	№471	100	10,00	9,70	15,50	150,00	
Хлеб ржаной	порционно	25	1,91	0,25	12,75	61,13	
Чай ( без сахара)	№ 685	200	0,39	0,10	0,08	26,40	
Сок томатный,вырабатываемый промышленностью в индивидуальной упаковке	№ 707	200	2,00	0,20	5,60	36,00	
<b>Итого за приём</b>		<b>715</b>	<b>24,58</b>	<b>17,37</b>	<b>78,48</b>	<b>560,93</b>	<b>172,00</b>
Огурец свежий порционно	ст 70-71	100	0,80	0,10	2,50	14,00	
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной	№ 124	260	2,00	5,10	8,70	90,00	
Пюре картофельное	№520	180	4,10	5,50	31,90	190,00	
Котлеты или биточки рыбные (из минтая)	№388	100	12,56	3,00	8,90	106,00	
Хлеб ржаной	порционно	50	3,46	0,45	23,08	110,65	
Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	№639	200	1,00	0,10	10,20	70,00	
Фрукт (яблоко) свежий		150	0,60	0,60	13,50	70,50	
<b>Итого за приём</b>		<b>1040</b>	<b>24,52</b>	<b>14,85</b>	<b>98,78</b>	<b>651,15</b>	<b>258,00</b>
<b>Итого завтрак, обед:</b>		<b>1755,00</b>	<b>49,10</b>	<b>32,22</b>	<b>177,26</b>	<b>1212,08</b>	<b>430,00</b>