

Согласовано



Директор МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 21

О.В. Иванова



твeрждаю Директор

ООО «Индустрия питания

О.И. Буйских

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ  
ДЛЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ  
Г. КАМЕНСК-УРАЛЬСКИЙ  
НА ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ 2024-2025 УЧЕБНОГО ГОДА  
за счет средств родительской платы одноразовое питание  
(суп )  
5-11 КЛАСС

**Менюготавливаемых блюд**

Рацион: ЕКБ Каменск 5-11кл (Суп) 32 р.

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп-пюре овощной	260	2,63	5	16,41	153,4	1 016
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943
<b>Итого за Обед</b>		270	3,93	5	24,22	193,4	
<b>Итого за день</b>		270	3,93	5	24,22	193,4	

(лист 2)

Рацион: ЕКБ Каменск 5-11кл (Суп) 32 р.

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп картофельный с горохом	250	4,82	5	19,18	140,5	139,04
	<b>Итого за Обед</b>		250	4,82	5	19,18	140,5
<b>Итого за день</b>		250	4,82	5	19,18	140,5	

(лист 3)

Рацион: ЕКБ Каменск 5-11кл (Суп) 32 р.

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп "Салонники"	250	5,55	5	15,75	158	1 015,07
	<b>Итого за Обед</b>		250	5,55	5	15,75	158
<b>Итого за день</b>		250	5,55	5	15,75	158	

(лист 4)

Рацион: ЕКБ Каменск 5-11кл (Суп) 32 р.

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,91	6	9,2	137,1	124
	<b>Итого за Обед</b>		250	1,91	6	9,2	137,1
<b>Итого за день</b>		250	1,91	6	9,2	137,1	

(лист 5)

Рацион: ЕКБ Каменск 5-11кл (Суп) 32 р.

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп овощной Минестроне	250	1,91	4	11,17	90,4	1 165,04
	<b>Итого за Обед</b>		250	1,91	4	11,17	90,4
<b>Итого за день</b>		250	1,91	4	11,17	90,4	

(лист 6)

Рацион: ЕКБ Каменск 5-11кл (Суп) 32 р.

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп-крем сырный	260	16,27	22	80,12	608,1	169,01
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943
Итого за Обед		270	17,57	22	87,93	648,1	
Итого за день		270	17,57	22	87,93	648,1	

(лист 7)

Рацион: ЕКБ Каменск 5-11кл (Суп) 32 р.

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Солянка со сметаной	250	5,28	6	9,7	110,6	1 020
	Итого за Обед		250	5,28	6	9,7	110,6
Итого за день		250	5,28	6	9,7	110,6	

(лист 8)

Рацион: ЕКБ Каменск 5-11кл (Суп) 32 р.

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп из разных овощей	250	1,98	7	10,66	118,1	1 181
	Итого за Обед		250	1,98	7	10,66	118,1
Итого за день		250	1,98	7	10,66	118,1	

(лист 9)

Рацион: ЕКБ Каменск 5-11кл (Суп) 32 р.

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	**Плов с говядиной	230	14,67	27	53,95	540,1	438
	Итого за Обед		230	14,67	27	53,95	540,1
Итого за день		230	14,67	27	53,95	540,1	

(лист 10)

Рацион: ЕКБ Каменск 5-11кл (Суп) 32 р.

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,6	1 030
	Итого за Обед		250	2,64	6	18,77	148,6
Итого за день		250	2,64	6	18,77	148,6	
Итого за период		2 520	60,26	93	260,53	2284,9	
Среднее значение за период		252	6	9,3	26,1	228,5	