

Согласовано:

Директор МБОУ "

" г.Бийска

Директор ООО "Школа"

Утверждено:

Новичкова И.А.

2024 г.

2024 г.

Примерное десятидневное меню для организации здорового горячего бесплатного питания обучающихся, нуждающихся в соц. поддержке (ТЖС), из малообеспеченных семей за счёт целевой субсидии в рамках ВЦП (МО) и обучающихся из семей призванных на военную службу ВС РФ по мобилизации или заключивших контракт, детей из многодетных семей в МБОУ г.Бийска с 1 сентября 2024

г.

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества			Энерг. Ккал
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7

Неделя №1**Понедельник****Завтрак 1-я смена**

260	Гуляш 100 гр (свинина, раст.масло, лук, т.паста, мука) СР260	100	12,390	15,517	2,892	218,586
171	Каша перловая 180 гр (крупа перловая, сл.масло) Мог171	180	5,220	8,760	37,000	247,500
458	Чай с сахаром 200 гр (сахар, чай листовой) СТН458	200	0,200	0,000	15,000	58,000
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Обед 2-я смена

63	Щи со сметаной 250/5 гр (бульон гов., капуста, картоф, морковь, лук, т.паста, сметана) СТН63	255	5,077	8,199	10,045	134,750
368	Кнели из кур 100 гр (филе птицы, лук, рис) СТН368	100	15,529	14,726	10,249	275,100
203	Макаронные изделия отварные с маслом 180 гр (мак. изделия, сл.масло) Мог203	180	6,810	4,340	45,375	252,150
459	Чай с лимоном 200 гр (сахар, чай листовой, лимон) СР459	200	0,300	0,000	15,129	60,000
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Вторник**Завтрак 1-я смена**

265	Плов 250 гр (мясо, рис, морковь, лук, раст.масло, т.паста) СР265	250	16,425	19,942	33,205	403,520
485	Компот из яблок с лимоном 200 гр (яблоко, лимон, сахар)	200	0,250	0,250	25,350	104,070
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Обед 2-я смена

102	Суп гороховый 250 гр (бульон гов., картофель, горох, морковь, лук, раст.масло) ЕСТН125	250	7,207	9,239	18,390	212,090
324	Азу 250 гр (картофель, свинина, лук, раст.масло, конс.огурцы, том.паста)	250	17,157	15,479	28,440	321,699
283	Компот из смеси сухофруктов 200 гр (сухофрукты, сахар) СТН283	200	0,560	0,000	27,890	115,790
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Среда**Завтрак 1-я смена**

290	Птица тушенная в сметанном соусе 100 гр	100	11,433	16,961	2,173	207,070
171	Каша гречневая 180 гр (крупа гречневая, сл.масло) Мог171	180	8,240	5,770	40,435	250,850
459	Чай с лимоном 200 гр (сахар, чай листовой, лимон) СР459	200	0,300	0,000	15,129	60,000
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Обед 2-я смена

92	Борщ со сметаной 250/5 гр (бульон гов., свекла, капуста, картофель, морковь, лук, т.паста) СТН92	255	3,337	7,391	11,276	189,350
307	Котлета рыбная 100 гр (рыба, морковь, яйцо, молоко, сл.масло) ЕСТ307	100	17,606	5,586	6,388	144,698
207	Рис припущенный 180 гр (крупа рис, сл.масло) СТН207	180	4,460	6,530	45,300	258,060
477	Кисель из ягоды свежей замороженной 200 гр (ягода, сахар, крахмал) Мог477	200	0,160	0,080	27,500	111,360
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000

	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200
--	-----------------------------------	----	-------	-------	--------	--------

Четверг

Завтрак 1-я смена

229	Рыба тушеная в томате с овощами 100 гр (рыба, морковь, лук, т.паста, раст.масло) Мор229	100	13,450	7,830	5,240	145,000
128	Картофельное пюре 180 гр (картофель, молоко, сл.масло) Мор128	180	3,900	11,530	22,660	217,800
489	Компот из ягод замороженных 200 гр (ягода, сахар)	200	0,020	0,1	16,200	67,000
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Обед 2-я смена

127	Суп-лапша домашняя 250 гр (филе птицы, картофель, морковь, лук, мак.изделия, раст.масло) СТН127	250	5,935	8,761	29,149	219,185
260	Гуляш 100 гр (свинина, раст.масло, лук, т.паста, мука) СР260	100	12,390	15,517	2,892	218,586
198	Пюре из гороха с маслом 180 гр (крупа горох, сл.масло) Мор198	180	20,200	4,490	44,640	288,150
485	Компот из яблок с лимоном 200 гр (яблоко, лимон, сахар)	200	0,250	0,250	25,350	104,070
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Пятница

Завтрак 1-я смена

369	Котлета куриная 100 гр (птица, хлеб, лук, сл.масло) СТН369	100	14,600	16,600	10,020	248,120
139	Капуста тушенная 180 гр (капуста, морковь, лук, т.паста, раст.масло) Мор139	180	3,670	6,624	14,200	138,600
283	Компот из смеси сухофруктов 200 гр (сухофрукты, сахар) СТН283	200	0,560	0,000	27,890	115,790
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Обед 2-я смена

96	Рассольник со сметаной "Ленинградский" 250/5 гр (бульон гов., картофель, крупа перловая, морковь, раст.масло) Мор96	255	3,791	9,567	16,098	193,958
289	Рагу из птицы 250 гр (картофель, птица, морковь, лук, т.паста, раст.масло) Мор289	250	14,306	17,556	25,602	341,180
491	Компот из кураги 200 гр (курага, сахар) СТН491	200	0,676	0,000	22,200	90,320
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшенично-йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Неделя №2

Понедельник

Завтрак 1-я смена

279	Тефтели из говядины с соусом 110 гр (мясо, рис, лук, сметана, т.паста) Мор279	110	19,879	9,491	13,891	220,499
203	Макаронные изделия отварные с маслом 180 гр (мак. изделия, сл.масло) Мор203	180	6,810	4,340	45,375	252,150
458	Чай с сахаром 200 гр (сахар, чай листовой) СТН458	200	0,200	0,000	15,000	58,000
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Обед 2-я смена

108	Суп картофельный с клёцками 250 гр (бульон гов., картофель, морковь, лук, раст.масло, мука, яйцо) СТН108	250	4,101	10,024	16,948	200,450
290	Птица тушенная в сметанном соусе 100 гр	100	11,433	16,961	2,173	207,070
171	Каша гречневая 180 гр (крупа гречневая, сл.масло) Мор171	180	8,240	5,770	40,435	250,850
485	Компот из свежих плодов лимона 200 гр (лимон, сахар) ЕСТ485	200	0,160	0,000	14,990	60,640
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Вторник

Завтрак 1-я смена

369	Котлета куриная 100 гр (птица, хлеб, лук, р.масло)	100	14,600	16,600	10,020	248,120
171	Каша перловая 180 гр (крупа перловая, сл.масло) Мор171	180	5,220	8,760	37,000	247,500
461	Какао с молоком 200 гр (сахар, молоко, какао порошок) ЕСТ461	200	3,300	2,900	18,500	113,000
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Обед 2-я смена

95	Свекольник со сметаной 250/5 гр (бульон гов., свекла, картофель, морковь, лук, т.паста, раст.масло) ЕСТН95	255	3,597	9,459	14,961	189,180
265	Плов 250 гр (мясо, рис, морковь, лук, раст.масло, т.паста) СР265	250	16,425	19,942	33,205	403,520
458	Чай с сахаром 200 гр (сахар, чай листовой) СТН458	200	0,200	0,000	15,000	58,000
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшенично-йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Среда

Завтрак 1-я смена

324	Азу 250 гр (картофель, свинина, лук, р.масло, конс.огурцы, т.паста)	250	17,157	15,479	28,440	321,699
491	Компот из кураги 200 гр (курага, сахар) СТН491	200	0,676	0,000	22,200	90,320
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Обед 2-я смена

63	Щи со сметаной 250/5 гр (бульон гов., капуста, картофель, морковь, лук, т.паста) СТН63	255	2,090	6,330	10,640	107,830
255	Печень по-строгановски 100 гр (печень, лук, сл.масло, сметана, мука) Мор255	100	13,260	11,230	3,520	185,000
203	Макаронные изделия отварные с маслом 180 гр (макаронные изделия, сл.масло) Мор203	180	6,810	4,340	45,375	252,150
489	Компот из ягод замороженных 200 гр (ягода, сахар)	200	0,020	0,1	16,200	67,000
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшенично-йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Четверг

Завтрак 1-я смена

364	Птица в соусе с томатом 100 гр (птица, морковь, лук, т.паста)	100	11,958	16,576	6,450	229,670
171	Каша гречневая 180 гр (крупа гречневая, сл.масло) Мор171	180	8,240	5,770	40,435	250,850
477	Кисель из ягоды свежей замороженной 200 гр (ягода, сахар, крахмал) Мор477	200	0,160	0,080	27,500	111,360
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Обед 2-я смена

92	Борщ со сметаной 250/5 гр (бульон гов., свекла, капуста, картофель, морковь, лук, т.паста) СТН92	255	3,337	7,391	11,276	189,350
279	Тефтели из говядины с соусом 110 гр (мясо, рис, лук, сметана, т.паста) Мор279	110	19,879	9,491	13,891	220,499
553	Сложный гарнир 180 гр (капуста, картофель, морковь, моток, т.паста, сл.масло)	180	5,052	5,106	18,918	141,496
283	Компот из смеси сухофруктов 200 гр (сухофрукты, сахар) СТН283	200	0,560	0,000	27,890	115,790
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Пятница

Завтрак 1-я смена

327	Жаркое по-домашнему 250 гр (птица, картофель, лук, морковь, раст.масло) ЕСТ327	250	17,137	25,134	20,200	381,390
283	Компот из смеси сухофруктов 200 гр (сухофрукты, сахар) СТН283	200	0,560	0,0	27,890	115,790
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Обед 2-я смена

102	Суп гороховый 250 гр (бульон гов., картофель, горох, морковь, лук, раст.масло) ЕСТН125	250	7,207	9,239	18,390	212,090
297	Рыба тушеная в сметанном соусе 100 гр (рыба, морковь, мука, сметана, р.масло)	100	14,128	3,599	2,444	174,550
128	Картофельное пюре 180 гр (картофель, молоко, сл.масло) Мор128	180	3,900	11,530	22,660	217,800
686	Чай с лимоном 200 гр (сахар, чай листовой, лимон) СР686	200	0,300	0,0	15,129	60,000
	Хлеб пшенично-ржаной 20 гр	20	2,600	0,600	8,000	50,000
	Хлеб пшеничный йодированный 40 гр	40	3,200	0,400	20,000	97,200

Согласовано:

Директор МБОУ "

" г.Бийска

Директор ООО "Школа"

Утверждено:

Новичкова И.А.

" 20 "

2024 г.

2024 г.

Примерное меню блюд на свободную продажу МБОУ г.Бийска с 1 сентября 2024 г.

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества			Энерг. Ккал
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Понедельник						
539	Булочка домашняя 50 гр (тесто сдобное,сахар,раст.масло) ЕСТ539	50	3,530	5,900	23,100	160,800
540	Булочка дорожная 50 гр (тесто сдобное,мука,сахар,раст.масло) ЕСТ540	50	3,580	6,600	24,000	170,800
330	Ватрушка с творогом 70 гр (тесто сдобное,творог,сахар) СТН359/330	70	8,399	8,112	29,714	216,735
412	Пицца школьная2 100 гр (тесто,птица,сыр,сметана,т.паста,конс.огурец,раст.масло) Мог412	100	9,890	16,250	28,300	299,000
335	Пирожок с картофелем 70 гр (тесто сдоб,карт.,лук пас.,масло рас) СТН335/346	70	5,410	4,530	33,700	197,510
338	Шанежка с яблоками 70 гр (тесто сдоб., яблоко, сахар) СТН338	70	3,370	1,980	32,760	166,460
46	Птица жареная (отбивная)100гр СР293	100	20,410	24,820	40,560	468,700
51	Свинина с овощами 70 гр (свинина,морковь,лук,сметана,раст.масло) ТТК51	70	10,955	4,463	2,735	94,130
Вторник						
772	Булочка с маком 50 гр (тесто сдобное,раст.масло,мак,сахар) СР772	50	4,050	1,550	26,300	137,500
335	Рожок с повидлом 90 гр (тесто сдобное,повидло,сл.масло,сахар) СТН 335	90	6,950	5,830	43,300	253,900
534	Пицца школьная1 100 гр (тесто,птица,сыр,т.паста,яйцо,масло раст) ЕСТ534	100	10,400	10,800	25,800	242,000
30	Хачапури 70 гр ТТК 30 (тесто сдобное.,сыр,масло раст)	70	8,331	11,605	28,041	249,254
335	Пирожок с капустой 70 гр (тесто сдобное,капуста,лук,масло раст) СТН335/343	70	5,400	4,530	33,700	197,510
	Шанежка с картофелем и сыром 70 гр (тесто,картоф.пюре,сыр)	70	6,155	9,418	46,533	296,515
38	Зразы с яйцом и луком 100гр ТТК38(лук,птица филе,яйцо,хлеб,масло раст)	100	10,670	14,884	11,525	222,540
230	Рыба жареная 100 гр (рыба,мука,раст.масло) Мог230	100	13,800	13,400	4,000	192,720
412	Свинина по-французски 150 гр (свинина,картофель,сметана,лук,сыр,раст.масло) ТТК412	150	14,420	15,199	10,550	237,290
Среда						
774	Булочка сдобная с помадкой 55 гр (тесто сдобное,раст.масло,сахарная пудра) СР774	55	4,000	4,840	31,840	187,000
330	Ватрушка с повидлом 70 гр (тесто сдобное,повидло,масло раст) СР330	70	8,260	3,060	48,770	255,580
412	Пицца школьная2 100 гр (тесто,птица,сыр,сметана,т.паста,конс.огурец,раст.масло) Мог412	100	9,890	16,250	28,300	299,000
742	Кулебяка с картофелем 115 гр (тесто,картофель,лук,раст.масло) СТН335	155	8,890	7,450	55,390	324,490
34	Улитка с сыром 70 гр ТТК 34(тесто сдоб,сыр,масло раст)	70	8,331	11,605	28,041	249,254
774	Булочка с помадкой (витая) 100 гр (сдоб.тесто,сах.пудра,раст.) СР774	100	5,781	9,291	58,769	335,490
45	Рулет "Курочка ряба" 90 гр ТТК 45(филе птицы,морковь,рис,лук,сыр,масло раст)	90	13,947	22,672	7,930	297,420
49	Рыба в кляре 70 гр (рыба,тесто сдобное,раст.масло) ТТК49	70	12,043	11,771	7,010	181,816
Четверг						
317	Кольцо сдобное, обсыпанное сахарной пудрой 50 гр (тесто сдобное,сахарная пудра,раст.масло) СТН317	50	4,200	8,040	29,530	202,840
534	Пицца школьная1 100 гр (тесто,птица,сыр,т.паста,яйцо,масло раст) ЕСТ534	100	10,400	10,800	25,800	242,000
335	Курник 80 гр (тесто сдобное,карт,лук,птица,раст.масло,сл.масло) СТН335	80	6,180	5,180	38,500	225,733
30	Хачапури 70 гр ТТК 30 (тесто сдобное.,сыр,масло раст)	70	8,331	11,605	28,041	249,254
335	Рожок с повидлом 90 гр (тесто сдобное,повидло,сл.масло,сахар) СТН 335	90	6,950	5,830	43,300	253,900

772	Булочка с маком (рулетом) 100 гр (тесто сдобное,сахар,мак,раст.масло) CP772	100	8,100	3,100	52,600	275,000
46	Птица жареная (отбивная)100гр CP293	100	20,410	24,820	40,560	468,700
61	Котлета из рубленого минтая 70 гр (рыба,тесто сдобное,раст.масло) ТТК61	70	12,043	6,776	7,010	136,866
51	Свинина с овощами 70 гр (свинина,морковь,лук,сметана,раст.масло) ТТК51	70	10,955	4,463	2,735	94,130

Пятница

305	Бантик с корицей 50 гр (тесто сдобное,корица,сахар,раст.масло) CP305	50	3,400	5,850	33,800	201,750
335	Пирожок с повидлом 70 гр (тесто сдобное,повидло,масло раст) СТН335	70	5,400	4,530	33,700	197,510
330	Ватрушка с творогом 70 гр (тесто сдобное,творог,сахар) СТН359/330	70	8,399	8,112	29,714	216,735
412	Пицца школьная2 100 гр (тесто,птица,сыр,сметана,т.паста,конс.огурец,раст.масло) Мог412	100	9,890	16,250	28,300	299,000
774	Булочка сдобная с шоколадной помадкой 55 гр (тесто сдоб,сахарная пудра,какао,раст.масло) CP774	55	3,831	5,571	33,448	196,103
43	Курица по-французски 150 гр ТТК43 (птица филе,картоф,лук,сметана,сыр,масло раст)	150	15,140	17,239	10,970	261,890
50	Ромштекс 100 гр (свинина,раст.масло,яйцо,хлеб) ТТК50	100	12,337	6,739	0,080	110,240

Ассортимент буфетной продукции

№ п/п	Наименование изделия
1	2
1	Бонди гематоген 40гр
2	Бонди мармелад 30гр
3	Бонди мармелад 70гр
4	Бонди пирожное 30гр
5	Сок пакетированный 0,2 л
6	Чай пакетированный