



СОГЛАСОВАНО:
МБОУ СОШ № 4

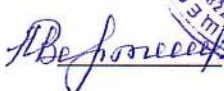
 Котова Т.А.

« 17 » 02 2025г.

УТВЕРЖДАЮ:



Генеральный директор
ООО «Блик-2»

 М.И.Вертоградова

« 17 » 02 2025г.

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Сезон: Осенне-зимний, второй завтрак

Возрастная категория: 7-11 лет

1-2 неделя

№ реп	Прием пищи, наименование блюд	Масса порций, г	Пищевые вещества, г			Энергети ческая ценность , ккал
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ №1						
173	Каша молочная рисовая с маслом	230	7,3	10,85	14,46	294,0
пр	Батон особый	1/50	4,16	0,4	19,5	87,5
15	Сыр твердых сортов в нарезке	20	3,43	6,0	0,34	86,86
379	Кофейный напиток на молоке	200	1,8	2,4	36,1	71,3
	Итого	500	16,69	19,65	70,4	539,66
ДЕНЬ №2						
295	Котлета рубленая из мяса птицы	120	6,48	15,3	18,74	259,2
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,9	4,1	27,3	129,7
пр	Хлеб	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14
377	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,53	-	9,87	41,6
	Итого	507	18,28	19,7	70,4	500,64

1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ № 3						
288/ 308	Макароны, запеченные с курицей в молочном соусе	210	8,7	7,2	15,55	197,26
пр	Хлеб	1/40	2,37	0,3	14,49	70,14
348	Компот из кураги	200	1,16	0,3	16,9	96,7
пр	Расстегай с повидлом	50	5,2	9,8	26,4	219,0
	Итого	500	17,43	17,6	73,34	583,1
ДЕНЬ № 4						
292	Жаркое по-домашнему	250	12,77	18,6	18,26	377,0
пр	Хлеб	1/50	4,5	0,5	24,15	116,9
389	Напиток клубничный	200	-	-	30,4	86,6
	Итого	500	17,27	19,1	72,81	580,5
ДЕНЬ № 5						
88	Борщ из свежей капусты с картофелем	240	10,77	8,55	12,0	148,6
пр	Хлеб	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14
352	Кисель	200	0,13	0,05	24,5	117,0
пр	Булочка сдобная	30	3,43	8,7	19,41	165,3
	Итого	500	16,7	17,6	70,4	501,04
ДЕНЬ № 6						
175	Каша молочная Дружба с маслом	230	8,6	9,8	41,9	290,4
пр	Сыр твердых сортов в нарезке	20	3,43	8,0	0,34	86,86
пр	Батон особый	1/50	4,16	0,4	19,5	87,5
376	Чай с сахаром	200	0,53	0	9,47	40,0
	Итого	500	16,72	18,2	71,21	504,76

	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ № 7						
271	Тефтели куриные с рисом с соусом	120	5,87	11,3	2,3	243,5
306	Горох отварной с маслом	180	9,5	4,92	34,4	163,02
пр	Хлеб	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14
348	Компот из кураги	200	1,16	0,3	16,9	96,7
	Итого	550	21,83	19,6	87,22	582,26
ДЕНЬ №8						
310	Гречка по - купечески	200	8,5	12,2	31,3	317,6
пр	Хлеб	1/50	3,95	2,5	24,15	116,9
71	Овощи в нарезке	100	1,4	0,2	4,6	25,6
379	Кофейный напиток	200	4,7	3,5	34,5	118,6
	Итого	550	18,55	18,4	94,55	578,7
ДЕНЬ №9						
265	Плов	200	14,83	19,0	39,81	440,0
пр	Хлеб	2/30	4,74	0,6	28,98	140,28
71	Овощи в нарезке	100	1,4	0,2	4,6	25,6
377	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,53	-	9,87	41,6
	Итого:	557	21,5	19,8	83,26	647,48
112	Суп с макаронами и картофелем	240	7,3	6,3	16,5	220,6
пр	Хлеб	1/30	2,37	0,3	14,49	70,14
352	Кисель	200	0,16	0,08	27,5	111,36
пр	Булочка сдобная	1/50	9,91	9,5	35,7	219,7
	Итого	550	22,44	19,78	82,05	553,7
	Всего	5514	205,6	203,43	826,54	5958,4

* - допускается выдача иных продуктов

Сборник технических нормативов

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях

Изд. «ДеЛи плюс» 2017г.