

Согласовано
Директор



Утверждаю
Генеральный директор ООО "Карелсоцпит"
Федулин Р.А.



МЕНЮ ОБЕДОВ

для обучающихся льготных категорий: инвалидов, ОВЗ, детей, чьи родители принимают участие в СВО

Возрастная категория 12 лет и старше

| № рецептуры | Выход | Кал-ть | Наименование блюда | Пищевые вещества, г | | |
|-------------|-------|--------|--------------------|---------------------|------|----------|
| | | | | белки | жиры | углеводы |

1 неделя

Понедельник

| № рецептуры | Выход | Кал-ть | Наименование блюда | белки | жиры | углеводы |
|------------------|-------|--------|------------------------------|-------------|-------------|--------------|
| 54-3з | 100 | 21,4 | Овощи в нарезке (помидор) | 1,0 | 0,2 | 3,9 |
| 54-2с | 250 | 110,0 | Борщ с капустой и картофелем | 2,0 | 5,6 | 12,9 |
| 54-4м | 100 | 300,5 | Котлета мясная | 17,7 | 18,1 | 16,7 |
| 54-10г | 180 | 203,2 | Картофель отварной в молоке | 5,2 | 6,0 | 32,1 |
| 54-1хн | 200 | 81,0 | Компот из сухофруктов | 0,5 | 0,0 | 19,8 |
| | 70 | 168,0 | Хлеб ржаной, пшеничный | 3,5 | 1,2 | 35,7 |
| 900 884,1 | | | | 29,9 | 31,1 | 121,1 |

Вторник

| № рецептуры | Выход | Кал-ть | Наименование блюда | белки | жиры | углеводы |
|------------------|-------|--------|----------------------------|-------------|-------------|--------------|
| 54-2з | 100 | 14,2 | Овощи в нарезке (огурец) | 0,8 | 0,2 | 2,5 |
| 54-25с | 250 | 138,6 | Суп картофельный с горохом | 5,1 | 5,0 | 18,3 |
| 439* | 120 | 220,6 | Печень говяжья тушеная | 14,2 | 14,5 | 8,1 |
| 302* | 180 | 208,6 | Каша гречневая | 7,0 | 7,0 | 29,4 |
| | 200 | 93,2 | Сок | 0,5 | 0,0 | 22,8 |
| | 70 | 168,0 | Хлеб ржаной, пшеничный | 3,5 | 1,2 | 35,7 |
| 920 843,2 | | | | 31,1 | 27,9 | 116,8 |

Среда

| № рецептуры | Выход | Кал-ть | Наименование блюда | белки | жиры | углеводы |
|------------------|-------|--------|-----------------------------------|-------------|-------------|--------------|
| 54-14з | 100 | 122,3 | Салат из свеклы с курагой, изюмом | 1,7 | 5,3 | 16,7 |
| 54-1с | 250 | 88,5 | Щи из свеж.капусты со сметаной | 1,8 | 6,1 | 6,6 |
| 54-11р | 120 | 187,3 | Рыба тушеная с овощами | 16,2 | 10,1 | 7,9 |
| 54-6г | 180 | 250,9 | Рис отварной | 4,3 | 6,5 | 43,8 |
| 54-21хн | 200 | 65,3 | Кисель из ягод | 0,1 | 0,1 | 16,0 |
| | 80 | 192,0 | Хлеб ржаной, пшеничный | 4,0 | 1,3 | 42,0 |
| 930 906,3 | | | | 28,1 | 29,4 | 133,0 |

Четверг

| № рецептуры | Выход | Кал-ть | Наименование блюда | белки | жиры | углеводы |
|------------------|-------|--------|---------------------------|-------------|-------------|--------------|
| 54-3з | 100 | 21,4 | Овощи в нарезке (помидор) | 1,0 | 0,2 | 3,9 |
| 54-4с | 250 | 116,8 | Рассольник домашний | 2,0 | 5,7 | 14,3 |
| 54-6м | 100 | 300,5 | Биточек мясной | 17,7 | 18,1 | 16,7 |
| 54-8г | 180 | 141,6 | Капуста тушеная | 4,2 | 6,0 | 17,7 |
| 54-1хн | 200 | 81,0 | Компот из сухофруктов | 0,5 | 0,0 | 19,8 |
| | 90 | 216,0 | Хлеб ржаной, пшеничный | 4,5 | 1,5 | 46,1 |
| 920 877,3 | | | | 29,9 | 31,5 | 118,5 |

Пятница

| № рецептуры | Выход | Кал-ть | Наименование блюда | белки | жиры | углеводы |
|------------------|-------|--------|------------------------|-------------|-------------|--------------|
| 39* | 100 | 111,5 | Салат витаминный | 1,0 | 7,1 | 10,9 |
| 162* | 250 | 170,5 | Суп молочный с овощами | 4,6 | 7,4 | 21,4 |
| 54-25м | 120 | 165,6 | Курица тушеная | 16,1 | 8,8 | 5,5 |
| 54-1г | 180 | 249,2 | Макароны отварные | 5,9 | 6,4 | 42,0 |
| 54-11хн | 200 | 32,7 | Компот из ягод | 0,1 | 0,1 | 7,9 |
| | 80 | 168,0 | Хлеб ржаной, пшеничный | 3,5 | 1,2 | 35,7 |
| 930 897,5 | | | | 31,2 | 31,0 | 123,4 |

| № рецептуры* | Выход | Кал-ть | Наименование блюда | Пищевые вещества, г | | |
|--------------|-------|--------|--------------------|---------------------|------|----------|
| | | | | белки | жиры | углеводы |

2 неделя

Понедельник

| | | | | | | |
|------------------|-----|-------|------------------------------|-------------|-------------|--------------|
| 54-3а | 100 | 21,4 | Овощи в нарезке (помидор) | 1,0 | 0,2 | 3,9 |
| 54-2с | 250 | 110,0 | Борщ с капустой и картофелем | 2,0 | 5,6 | 12,9 |
| 54-2м | 120 | 267,3 | Гуляш из говядины | 18,6 | 18,6 | 5,5 |
| 54-11г | 180 | 166,2 | Картофельное пюре | 3,8 | 6,2 | 23,8 |
| | 200 | 93,2 | Сок | 0,5 | 0,0 | 22,8 |
| | 90 | 216,0 | Хлеб ржаной, пшеничный | 4,5 | 1,5 | 46,1 |
| 940 874,1 | | | | 30,4 | 32,1 | 115,0 |

Вторник

| | | | | | | |
|------------------|-----|-------|-----------------------------|-------------|-------------|--------------|
| 54-8а | 100 | 109,6 | Салат из капусты с морковью | 1,6 | 7,2 | 9,6 |
| 54-25с | 250 | 138,6 | Суп картофельный с горохом | 5,1 | 5,0 | 18,3 |
| 54-11р | 120 | 187,3 | Рыба тушеная с овощами | 16,2 | 10,1 | 7,9 |
| 54-6г | 180 | 250,9 | Рис отварной | 4,3 | 6,5 | 43,8 |
| 54-21кн | 200 | 65,3 | Кисель из ягод | 0,1 | 0,1 | 16,0 |
| | 70 | 168,0 | Хлеб ржаной, пшеничный | 3,5 | 1,2 | 35,7 |
| 920 919,7 | | | | 30,8 | 30,1 | 131,3 |

Среда

| | | | | | | |
|------------------|-----|-------|-------------------------------|-------------|-------------|--------------|
| 39* | 100 | 111,5 | Салат витаминный | 1,0 | 7,1 | 10,9 |
| 54-17с | 250 | 156,0 | Суп из овощей с фрикадельками | 6,2 | 7,0 | 17,0 |
| 54-25м | 120 | 165,6 | Курица тушеная | 16,1 | 8,8 | 5,5 |
| 541* | 180 | 155,8 | Рагу овощное | 2,8 | 7,8 | 18,6 |
| 54-1кн | 200 | 81,0 | Компот из сухофруктов | 0,5 | 0,0 | 19,8 |
| | 90 | 216,0 | Хлеб ржаной, пшеничный | 4,5 | 1,5 | 46,1 |
| 940 885,9 | | | | 31,1 | 32,2 | 117,9 |

Четверг

| | | | | | | |
|------------------|-----|-------|----------------------------------|-------------|-------------|--------------|
| 54-13а | 100 | 78 | Салат из свеклы отварной с яйцом | 2,3 | 4,7 | 6,7 |
| 54-4с | 250 | 116,8 | Рассольник домашний | 2,0 | 5,7 | 14,3 |
| 439* | 120 | 220,6 | Печень говяжья тушеная | 14,2 | 14,5 | 8,1 |
| 54-8г | 180 | 141,1 | Капуста тушеная | 4,3 | 5,8 | 17,7 |
| | 200 | 93,2 | Сок | 0,5 | 0,0 | 22,8 |
| | 90 | 216,0 | Хлеб ржаной, пшеничный | 4,5 | 1,5 | 46,1 |
| 940 866,0 | | | | 27,8 | 32,2 | 115,7 |

Пятница

| | | | | | | |
|------------------|-----|-------|-----------------------------|-------------|-------------|--------------|
| 54-8а | 100 | 118,6 | Салат из капусты с морковью | 1,6 | 8,2 | 9,6 |
| 162* | 250 | 173,4 | Суп молочный с рисом | 5,9 | 6,9 | 22,6 |
| 256* | 100 | 105,2 | Рыба отварная | 13,2 | 4,8 | 2,3 |
| 54-10г | 180 | 203,2 | Картофель отварной в молоке | 5,2 | 6,0 | 32,1 |
| 54-11кн | 200 | 65,3 | Компот из ягод | 0,1 | 0,1 | 16,0 |
| | 100 | 240,0 | Хлеб ржаной, пшеничный | 5,0 | 1,7 | 51,2 |
| 930 905,7 | | | | 31,0 | 27,7 | 133,8 |

В процессе изготовления продукции не используются: пищевые добавки, биологически-активные добавки, компоненты, полученные с применением генно-модифицированных организмов.

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск 2021

*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Москва- 2004 *

Зав. производством

Бухгалтер

