

Согласовано

Директор МБОУ СОШ № 12

« 01» сентября 2023 год



Утверждаю

Директор ООО «Вавилон»

« 01» сентября 2023 год



Примерное двухнедельное меню (завтрак) и пищевая ценность приготавливаемых блюд для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет

Меню разработано по сборникам рецептур:

(М.П. Могильный, В.Т. Лапшина, А.И. Здобнов,

В.А.Цыганенко, М.И. Пересичный, А.В. Румянцева)

1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		4 день четверг		5 день пятница		
Завтрак										
1 неделя	Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" с изюмом и курагой	200	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	80	Запеканка из творога	130	Салат из моркови с яблоком	80	Омлет натуральный	80
	Масло сливочное порциями	15	Плов из курицы	200	Яйца вареные	40	Курица отварная	80	Каша рисовая на молоке	200
	Яйца вареные	40	Сок	180	Сыр порциями	20	Макаронные изделия отварные	150	Чай с сахаром	180
	Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Чай с сахаром	180	Компот из смеси сухофруктов	180	Хлеб пшеничный 30 гр	30
	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб ржаной 10 гр	10
	Хлеб ржаной 10 гр	10	Вафли	50	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб ржаной 10 гр	10	Печенье	50
	Яблоки	150					Яблоки	150		

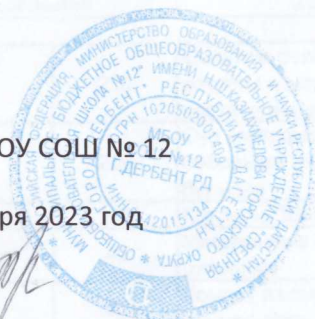
8 день понедельник		9 день вторник		10 день среда		11 день четверг		12 день пятница		
Завтрак										
2 неделя	Каша рисовая на молоке	200	Салат "Школьный" 80г	80	Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" на молоке	200	Макаронные изделия, запеченные с сыром	160	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	80
	Масло сливочное порциями	15	Омлет натуральный	80	Масло сливочное порциями	15	Яйца вареные	40	Плов из курицы	200
	Какао с молоком	180	Сыр порциями	20	Сок	180	Компот из смеси сухофруктов	180	Чай с сахаром	180
	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Хлеб ржаной 10 гр	10
	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб ржаной 10 гр	10	Хлеб пшеничный 30 гр	30
	Яблоки	150	Хлеб пшеничный 30 гр	30	Вафли	40	Яблоки	150		

ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 7 ДО 11 ЛЕТ

Согласовано

Директор МБОУ СОШ № 12

« 01» сентября 2023 год

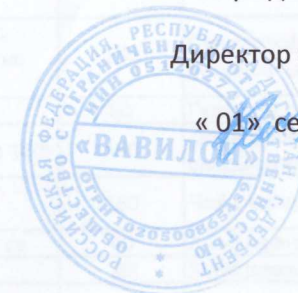


[Handwritten signature]

Утверждаю

Директор ООО «Вавилон»

« 01» сентября 2023 год



Примерное двухнедельное меню (обед) и пищевая ценность приготавливаемых блюд для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет

Меню разработано по сборникам рецептов:
(М.П. Могильный, В.Т. Лапшина, А.И. Здобнов,
В.А.Цыганенко, М.И. Пересичный, А.В. Румянцева)

1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		4 день четверг		5 день пятница		
Обед										
1 неделя	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне	250	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	80	Салат "Школьный" 80г	80	Салат "Витаминка" 80г	80	Салат из моркови с яблоком	80
	Плов из курицы	250	Суп картофельный с бобовыми (чечевица) на бульоне	250	Суп-хинкал	250	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на бульоне	250	Суп картофельный рисовый на бульоне	250
	Чай с сахаром	180	Котлеты "Школьные"	80	Курица отварная	80	Рыба запеченная	80	Гуляш из говядины	100
	Хлеб пшеничный 40 гр	40	Макаронные изделия отварные	150	Каша гречневая рассыпчатая	150	Пюре картофельное 180г	180	Каша пшеничная рассыпчатая	150
	Хлеб ржаной 20 гр	20	Компот из смеси сухофруктов	180	Сок	180	Компот из смеси сухофруктов	180	Чай с сахаром	180
	Яблоки	150	Хлеб пшеничный 40 гр	40	Хлеб пшеничный 40 гр	40	Хлеб пшеничный 40 гр	40	Хлеб пшеничный 40 гр	40
			Хлеб ржаной 20 гр	20	Хлеб ржаной 20 гр	20	Хлеб ржаной 20 гр	20	Хлеб ржаной 20 гр	20
				Яблоки	150					

8 день понедельник		9 день вторник		10 день среда		11 день четверг		12 день пятница		
Обед										
2 неделя	Суп картофельный с бобовыми (чечевица) на бульоне	250	Салат "Школьный" 80г	80	Борщ с капустой и картофелем на бульоне	250	Салат из моркови с яблоком	80	Салат из свеклы с черносливом	80
	Курица отварная	80	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне	250	Гуляш из говядины	100	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на бульоне	250	Суп картофельный с пшеничной крупой на бульоне	250
	Рис отварной	150	Котлеты "Школьные"	80	Каша гречневая рассыпчатая	150	Рыба запеченная	80	Филе курицы, тушенное в соусе томатном	100
	Компот из смеси сухофруктов	180	Каша пшеничная рассыпчатая	150	Чай с сахаром	180	Пюре картофельное 150г	150	Макаронные изделия отварные	150
	Хлеб пшеничный 40 гр	40	Кисель	200	Хлеб пшеничный 40 гр	40	Сок	180	Чай с сахаром	180
	Хлеб ржаной 20 гр	20	Хлеб пшеничный 40 гр	40	Хлеб ржаной 20 гр	20	Хлеб пшеничный 40 гр	40	Хлеб пшеничный 40 гр	40
	Яблоки	150	Хлеб ржаной 20 гр	20			Хлеб ржаной 20 гр	20	Хлеб ржаной 20 гр	20
								Яблоки	150	

Меню разработано по требованиям санитарии
 (М.Т. Мухоморов, В.Г. Лапкин, А.И. Засядков,
 В.А. Цыганков, М.И. Горбачев, А.В. Руднев)