

"СОГЛАСОВАНО":

Директор

МАОУ "Средняя школа № 6"

О.И. Дзюба

" 25 " 12 2024 год

"УТВЕРЖДАЮ":

Директор

ООО "Сияние Севера"

Г.М. Шагапов

" 25 " 12 2024 год

Льготная категория -1 смена

Примерное дотационное цикличное меню

на обеды для учащихся 1-4 классов

общеобразовательных школ на 2025 уч.год

2024 г.

Льготная категория - 1 смена
Примерное цикличное меню на ОБЕДЫ
льготной категории учащихся 1-4 кл. для
общеобразовательных школ на 2025 уч.год
(Первый вариант) Возрастная категория: 7-11 лет (1-4 классы)

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры,	Углево-	ЭЦ, ккал
			г	г		
			всего	всего		
1 день						
139/04	Суп с бобовыми и мясом	215	5,54	6,56	12,68	131,92
ТТК 388	Биточек Детский с маслом сливочным	105	8,90	9,05	4,68	135,77
520/04	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	17,04	152,40
ТТК 375	Кисель Вигошка	200	0,00	0,00	24,00	96,00
	Хлеб пшеничный	50	3,87	0,40	24,70	117,88
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46
	Фрукты	130	0,52	0,52	12,48	56,68
	Итого за прием	905	25,57	24,11	104,96	739,11
2 день						
110/04	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	225	2,25	6,05	15,02	123,53
431/04	Печень по-строгановски	110	9,46	10,15	5,55	151,39
Таб.4, 508/04	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,14	7,57	23,76	179,73
457/21	Чай с сахаром	200	0,05	0,00	9,98	40,12
	Хлеб пшеничный	50	3,87	0,40	24,70	117,88
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46
	Продукт йогуртовый	100	4,70	2,40	13,80	95,60
	Фрукты	150	0,60	0,60	14,40	65,40
	Итого за прием	1040	26,95	27,55	116,59	822,11
3 день						
124/04	Суп картофельный с мясом	216	2,55	5,38	9,49	96,58
444/04	Плов по-узбекски	195	12,28	16,08	39,24	350,80
692/04	Кофейный напиток	200	1,31	1,60	12,33	68,96
	Хлеб пшеничный	51	3,94	0,41	25,19	120,21
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46
	Молочный коктейль Топтыжка	200	5,60	6,40	18,60	154,40
	Итого за прием	887	27,56	30,25	114,23	839,41
4 день						
148/04	Суп-лапша с мясом птицы	249	3,45	5,07	22,15	148,03
476/97	Котлета Домашняя	100	6,94	9,55	10,33	155,03
520/04	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	17,04	152,40
698/04	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	7,80	99,40
	Хлеб пшеничный	46,3	3,87	0,40	24,65	117,68
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46
	Кондитерское изделие	15	0,15	0,05	10,15	41,61
	Итого за прием	815,3	26,95	27,65	101,50	762,61
5 день						
124/04	Щи со св. капусты и картофеля с мясом и сметаной	220	5,61	8,18	14,40	153,66
ТТК 253	Рыба, запеченная с сыром	120	9,20	10,05	2,85	138,65
ТТК 371	Овощи тушеные Гавайская смесь	180	5,84	8,46	28,40	213,10
700/04	Напиток клюквенный	200	0,15	0,09	16,38	66,93
	Хлеб пшеничный	50	3,87	0,40	24,70	117,88
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,26	0,46	11,26	58,22
	Пюре фруктовое Фрумка	90	0,00	0,00	8,55	34,20
	Итого за прием	890	26,93	27,64	106,54	782,64
	Итого за 5 дней:		133,96	137,20	543,82	3945,88
	В среднем за 1 день:		26,79	27,44	108,76	789,18

7 день						
110/04	Борщ с капустой и картофелем с мясом и сметаной	225	2,45	6,05	15,02	124,33
ТТК 389	Тефтели Детские	120	6,94	7,55	2,33	105,03
516/04	Макаронные изделия отварные	180	5,11	5,94	30,12	194,38
457/21	Чай с сахаром	200	0,05	0,00	9,98	40,12
	Хлеб пшеничный	50	3,87	0,40	24,70	117,88
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,26	0,46	11,26	58,22
	Молочный коктейль Топтыжка	200	5,60	6,40	18,60	154,40
	Итого за прием	1005	26,28	26,80	112,01	794,36
8 день						
124/04	Щи из св. капусты и картофеля с мясом и сметаной	229	6,21	8,62	14,40	160,02
ТТК 380	Рыба, запеченная с овощами	120	7,15	9,18	2,74	122,18
520/04	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	17,04	152,40
	Сок пром. производства	200	0,00	0,00	23,00	92,00
	Хлеб пшеничный	50	3,87	0,40	24,70	117,88
	Хлеб ржано-пшеничный	33,5	2,52	0,51	12,61	65,11
	Пюре фруктовое Фрумка	90	0,00	0,00	8,55	34,20
	Итого за прием	902,5	24,61	25,91	103,04	743,79
9 день						
139/04	Суп с бобовыми и мясом	214	5,28	6,41	12,68	129,53
ТТК 300(а)	Птица запеченная	110	9,33	10,9	4,98	155,34
ТТК 389	Овощи тушеные Витаминная смесь	180	5,84	8,46	28,40	213,10
700/04	Напиток клеквенный	200	0,15	0,09	16,38	66,93
	Хлеб пшеничный	50	3,87	0,40	24,70	117,88
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46
	Фрукты	100	0,40	0,40	9,60	43,60
	Итого за прием	879	26,75	27,04	106,12	774,84
10 день						
148/04	Суп-лапша с мясом птицы	249	5,15	6,80	24,15	178,40
358/04	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200	10,10	13,96	28,25	279,04
698/04	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	7,80	99,40
	Хлеб пшеничный	50	3,87	0,40	24,65	117,68
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46
	Кондитерское изделие	15	0,15	0,05	15,15	61,61
	Итого за прием	739	26,95	26,59	109,38	784,59
11 день						
124/04	Суп картофельный с мясом	219	2,52	5,33	9,40	95,65
444/04	Плов по-узбекски	190	11,97	16,37	38,24	348,17
ТТК 358	Какао Витошка с 13 витаминами	200	3,90	3,10	16,16	108,14
	Хлеб пшеничный	50	3,87	0,40	24,65	117,68
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,88	0,38	9,38	48,46
	Молочный коктейль Топтыжка	200	5,60	6,40	18,60	154,40
	Итого за прием	884	29,74	31,98	116,43	872,50
	Итого за 5 дней:		134,33	138,32	546,98	3970,08
	В среднем за 1 день:		26,87	27,66	109,40	794,02
	Итого за 10 дней:		268,29	275,51	1090,80	7915,95
	В среднем за 1 день:		26,83	27,55	109,08	791,60

Примечание: Допускается замена одного дня другим.