

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
школьной столовой для группы продлённого дня
на 2022-2023 учебный год

1 неделя

Наименование блюда	Выход (г)	№ технол. карты	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
ПОНЕДЕЛЬНИК						
Борщ	250	№ 60	1,8	4,2	11,2	91
Каша рассыпчатая	150	№ 144	9,2	12,0	46,1	331
Котлета рыбная	75	№ 202	10,11	10,2	12,9	184,8
Компот из сухофруктов	200	№ 329	0,6	-	31,5	129
Лепёшка закусочная	50	№ 20	2,35	0,35	24,9	107
Кондит.изделие	50	№323	0,4		9,8	43
Всего			24,46	26,75	136,4	885,8
ВТОРНИК						
Суп с крупой и картофелем	250	№ 79	2,4	2,0	17,3	98
Каша молочная рисовая	200	№ 146	5,9	11,7	43,6	304
Кофейный напиток	200	№ 353	3,3	3,3	24,8	142
Лепёшка закусочная	50	№ 20	2,35	0,35	24,9	107
Яйцо отварное	1	№169	5,1	4,6	0,3	63
Всего			19,05	21,95	110,9	714
СРЕДА						
Суп с крупой и картофелем	250	№ 79	2,4	2,0	17,3	118
Сосиска жареная	50	№ 219	3,2	9,15	-	95
Каша рассыпчатая	150	№ 144	9,2	12,0	46,1	331
Овощи отварные или консервированные	50-100	Пер.овощ.	-	-	0,75	3
Чай с сахаром	200	№ 349	0,1	-	15	60
Лепёшка закусочная	50	№ 20	2,35	0,35	24,9	107
Фрукты свежие	100-120	№323-325	0,4	-	9,8	43
Всего			22,35	23,5	113,85	757
ЧЕТВЕРГ						
Рассольник	250	№ 74	2,1	4,35	14,55	106,5
Картофельное пюре	150	№ 298	3,2	5,6	2,3	157
Шарики из печени	75	№ 268	10,1	9,3	14,8	184
Овощи отварные или консервированные	50-100	Пер.овощ.	-	-	0,75	3
Чай с сахаром	200	№ 349	0,1	-	15	60
Лепёшка закусочная	50	№ 20	2,35	0,35	24,9	107
Фрукты свежие	100-120	№323-325	0,4	-	9,8	43
Сыр твердый	20	№9	2,6	2,7		36
Всего			20,85	22,3	82,1	696,5
ПЯТНИЦА						
Суп с крупой и картофелем	250	№ 79	2,4	2,0	17,3	98
Макароны отварные	150	№ 295	5,5	5,0	35,5	210
Котлета из кур. филе	75	№ 248	8,2	11,4	8,7	170
Овощи отварные или консервированные	50-100	Пер.овощ.	-	-	0,75	3
Чай с сахаром	200	№ 349	0,1	-	15	60
Лепёшка закусочная	50	№ 20	2,35	0,35	24,9	107
Масло сливочное	10	№8	0,1	8,3	0,1	75
Всего			18,65	27,05	102,25	723

Примечание:

1. Министерство торговли УССР Главное управление общественного питания «Сборник рецептов блюд для питания школьников», Киев «Техника», 1987г., утвержден приказом Министерством торговли Украины от 24.12.1985г. №341.

Меню составили:

1. Повар – Шеховцова Юлия Анатольевна 0713741153
2. Медсестра – Ошийко Юлия Павловна 0713607314

3. Кладовщик – Гончар Наталья Александровна 0713639116
ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
школьной столовой для группы продлённого дня
на 2022-2023 учебный год

2 неделя

Наименование блюда	Выход (г)	№ технол. карты	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
ПОНЕДЕЛЬНИК						
Борщ	250	№ 60	1,8	4,2	11,2	91
Картофельное пюре	150	№ 298	3,2	5,6	2,3	157
Омлет	50	№ 173	5,5	11,7	1,1	132
Кофейный напиток	200	№ 354	3,8	3,9	25,8	154
Лепёшка закусочная	50	№ 20	2,35	0,35	24,9	107
Кондитер.изделие	50	№323	0,4	-	9,8	43
Всего			17,05	25,75	75,1	684
ВТОРНИК						
Суп с крупой и картофелем	250	№ 79	2,4	2,0	17,3	98
Макароны отварные	150	№ 295	5,5	5,0	35,5	210
Котлета рыбная	75	№ 202	3,37	3,4	4,3	61,6
Капуста тушеная	50-100	№ 30	0,62	0,9	2,35	20,5
Чай с сахаром	200	№ 349	0,1	-	15	60
Лепёшка закусочная	50	№ 20	2,35	0,35	24,9	107
Фрукты свежие	100-120	№323-325	0,4	-	9,8	43
Всего			14,74	11,65	109,15	600,1
СРЕДА						
Рассольник	250	№ 74	2,1	4,35	14,55	106,5
Сосиска жареная	50	№ 219	3,2	9,15	-	95
Каша гречневая рассыпчатая	150	№ 144	9,0	10,6	46,2	320
Чай с сахаром	200	№ 349	0,1	-	15	60
Лепёшка закусочная	50	№ 20	2,35	0,35	24,9	107
Сыр твердый	20	№9	2,6	2,7	-	36
Фрукты свежие	100-120	№323-325	0,4	-	9,8	43
Всего			19,75	27,15	110,45	767,5
ЧЕТВЕРГ						
Суп с крупой и картофелем	250	№ 79	2,4	2,0	17,3	98
Шарики из печени	75	№ 268	10,1	9,3	14,8	184
Картофельное пюре	150	№ 298	3,2	5,6	2,3	157
Чай с сахаром	200	№ 349	0,1	-	15	60
Лепёшка закусочная	50	№ 20	2,35	0,35	24,9	107
Масло сливочное	10	№8	0,1	8,3	0,1	75
Овощи консервир.	50-100	Пер.овощ	-	-	1,5	6
Всего			18,25	25,55	75,9	687
ПЯТНИЦА						
Суп с крупой и картофелем	250	№ 79	2,4	2,0	17,3	98
Плов с курицей	100/50	№ 244	18,6	7,0	27,2	247
Овощи отварные или консервированные	50-100	Пер.овощ.	-	-	0,75	3
Компот из сухофруктов	200	№ 329	0,6	-	31,5	129
Лепёшка закусочная	50	№ 20	2,35	0,35	24,9	107
Фрукты свежие	100-120	№323-325	0,4	-	9,8	43
Всего			24,35	9,35	111,55	627

Примечание:

1. Министерство торговли УССР Главное управление общественного питания «Сборник рецептур блюд для питания школьников», Киев «Техника», 1987г., утвержден приказом Министерством торговли Украины от 24.12.1985г. №341.

Меню составили:

1. Повар – Шеховцова Юлия Анатольевна 0713741153
2. Медсестра – Ошийко Юлия Павловна 0713607314
3. Кладовщик – Гончар Наталья Александровна 0713639116

