

Утверждаю:

И.О. Директор МБОУ «Лесокамочка»



И.И. Кузнецова

« 28 » февраля 2025 года

**Типовое меню школьного питания
на весенне-летний период филиала «Сёйвинская ООШ» МБОУ «Лесокамочка»
с 7 до 11 лет**

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений. ГОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия» им. акад. Е.А. Вагнера Издание 4-е, 2008г. Уральский региональный центр питания, 2008г. Пермь 2008

Возрастная категория

7-11 лет

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Обед	закуска	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	1	6	7	85	2	5,91
			1 блюдо	суп крестьянский с крупой	200	5	8	15	150	51	17,57
			2 блюдо	кнели из говядины	90	16	19	6	263	187	64,69
			гарнир	каша гречневая рассыпчатая	150	14	9	72	423	219	12,9
			напиток	Компот из сухофруктов	200			23	92	280	янв.00
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	30	2		15	71	482	1,8
			хлеб черн.	хлеб ржаной	30	2		10	54	481	1,3
			соус	соус томатный	50		2	3	28	265	2,71
			итого		810	40	44	151	1166		112,67
1	1	Итого за день:			810	40	44	151	1166		112,67
1	2	Обед	закуска	Винегрет овощной	60	1	6	78	78	1	9,68
			1 блюдо	суп картофельный с рыбными консервами	200	7	8	21	185	72	17,86
			2 блюдо	котлеты, биточки, шницели	90	16	19	6	263	189	66,07
			гарнир	картофельное пюре	150	4	8	31	215	241	янв.00
			напиток	чай с сахаром	200			12	49	300	1,97
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	30	2		15	71	482	1,8
			хлеб черн.	хлеб ржаной	30	2		10	54	481	1,3
			соус	соус томатный	50		2	3	28	265	2,71
			итого		810	32	43	176	943		124,79
1	2	Итого за день:			810	32	43	176	943		124,79
1	3	Обед	закуска	Салат картофельный с зеленым горошком	60	2	7	6	94	31	10,75
			1 блюдо	суп картофельный с бобовыми	200	5	5	29	109	45	22,28
			2 блюдо	котлеты (биточки) рыбные	90	10	4	13	129	279	31,99
			гарнир	рис отварной	150	20			210	224	18,28
			напиток	кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1		29	117	274	4,82

			хлеб бел.	хлеб пшеничный	30	2		15	71	482	1,8
			хлеб черн.	хлеб ржаной	30	2		10	54	481	1,3
			соус	соус томатный	50		2	3	28	265	2,71
			итого		810	42	18	105	812		93,93
1	3	Итого за день:			810	42	18	105	812		93,93
1	4	Обед	закуска	салат из свежих огурцов	60		6	2	62	16	18,63
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем	200	5	6	31	132	37	18,55
			2 блюдо	Рагу из птицы	240	21	27	23	422	214	50,17
			гарнир								
			напиток	Чай с сахаром	200			12	49	300	1,97
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	30	2		15	71	482	1,8
			хлеб черн.	хлеб ржаной	30	2		10	54	481	1,3
				Яблоко	150	4	3	10	47		16,98
			итого		910	34	42	103	837		109,4
1	4	Итого за день:			910	34	42	103	837		109,4
1	5	Обед	закуска	Салат из свежих огурцов и помидоров	60	1	3	3	39	18	19,5
			1 блюдо	Суп из овощей	200	4	6	28	125	44	20,3
			2 блюдо	Печень по-строгановски	100	33	41	7	529	192	76,17
			гарнир	Изделия макаронные отварные	150	7	7	47	281	227	12,22
			напиток	Чай с сахаром	200			12	49	300	1,97
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2		15	71	482	1,8
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2		10	54	481	1,3
			итого		770	49	57	122	1148		133,26
1	5	Итого за день:			770	49	57	122	1148		133,26
2	1	Обед	закуска	Салат из моркови и яблок	60	1	6	5	77	11	8,69
			1 блюдо	Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	200	6	8	18	171	71	14,85
			2 блюдо	Котлета, биточки, шницели	100	15	17	8	253	189	58,34
			гарнир	Картофельное пюре	150	4	8	31	214	241	23,4
			напиток	Чай с лимоном	200			15	59	260	3,49

			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2		15	71	482	1,8
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2		10	54	481	1,3
			соус	Соус томатный	50		2	3	28	265	2,71
			итого		820	30	41	105	927		114,58
2	1	Итого за день:			820	30	41	105	927		114,58
2	2	Обед	закуска	Винегрет овощной	60	1	6	5	78	1	9,68
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5	3	37	134	47	19,2
			2 блюдо	Куры отварные	100	26	26	1	345	212	51,31
			гарнир	Рис отварной	150					224	18,28
			напиток	кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1		29	117	274	4,82
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2		15	71	482	1,8
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2		10	54	481	1,3
			соус	Соус томатный	50		2	3	28	265	2,71
			итого		820	37	37	100	827		109,1
2	2	Итого за день:			820	37	37	100	827		109,1
2	3	Обед	закуска	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	1	6	7	85	4	5,91
			1 блюдо	Суп картофельный с рыбой	200	13	4	7	116	50	22,48
			2 блюдо	Тефтели из говядины с рисом (ёжики)	100	13	19	13	280	202	51,2
			гарнир	Картофельное пюре	150	4	8	31	214	241	23,4
			напиток	Компот из кураги сухофруктов	200			23	92	280	5,79
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2		15	71	482	1,8
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2		10	54	481	1,3
			соус	Соус томатный	50		2	3	28	265	2,71
			итого		820	35	39	109	940		114,59
2	3	Итого за день:			820	35	39	109	940		114,59
2	4	Обед	закуска	Салат из белокачанной капусты с помидорами и огурцами.	60	1	7	2	73	5	12,66
			1 блюдо	Свекольник МКБ	200	4	7	25	114	43	20,13
			2 блюдо	Рулет из говядины с яйцом	100	16	11	6	185	198	52,4

			гарнир	Изделия макаронные отварные	150	7	7	47	281	227	12,22
			напиток	Чай с сахаром	200			12	49	300	1,97
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2		15	71	482	1,8
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2		10	54	481	1,3
			соус	Соус томатный	50		2	3	28	265	2,71
			итого		820	32	34	120	855		105,19
2	4	Итого за день:			820	32	34	120	855		105,19
2	5	Обед	закуска	Сельдь с гарниром	60	7	8	3	109	12,1	34
			1 блюдо	Рассольник Ленинградский	200	8	12	48	128	42	21,67
			2 блюдо	Тефтели из говядины паровые	100	18	21	12	310	173	50,93
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	14	9	72	423	219	12,4
			напиток	Компот из сухофруктов	200			23	92	280	5,85
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2		15	71	482	1,8
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2		10	54	481	1,3
			соус	Соус томатный	50		2	3	28	265	2,71
			итого		820	51	52	186	1215		130,66
2	5	Итого за день:			820	51	52	186	1215		130,66
		Среднее значение за период:			821	38,2	40,7	127,7	967		114,817

Составил

С.М. Станкевич

С.М. Станкевич

Утвердил:



И.И. Кузнецова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428878

Владелец Кузнецова Инга Ипполитовна

Действителен с 29.10.2024 по 29.10.2025