

СОГЛАСОВАНО:

Директор

---



---



---

УТВЕРЖДАЮ:


 Директор  
 МАУ "Центр социального питания"

Н.Н. Мутовкина

**Примерное меню  
для обучающихся 1-4-х классов 2024-2025 учебный год**

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества (г)			Энерг. Цен. ккал
			Б	Ж	У	
<b>9 января 2025 года</b>						
499/04	Биточек куриный	100/20	6,15	6,39	42,75	233
553/22	с соусом сметанным с томатом		0,56	2,16	1,56	16
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,10	9,15	34,20	245
705/04	Напиток из плодов шиповника	200	0,40	0,00	23,60	94
ГОСТ	Хлеб дарницкий	17	1,12	0,19	7,03	35
ГОСТ	Кондитерское изделие (вафля)	25	1,00	7,50	15,00	133
	<b>Итого:</b>	<b>512</b>	<b>14,33</b>	<b>25,39</b>	<b>124,14</b>	<b>756</b>
<b>10 января 2025 года</b>						
ТТК	Птица тушеная с овощами	90	15,41	15,98	3,80	220
508/04	Каша рассыпчатая гречневая	150	4,10	10,80	39,84	232
ТТК	Напиток из варенья (черная смородина)	200	0,00	0,00	28,96	84
ГОСТ	Хлеб дарницкий	22	1,45	0,25	9,09	45
ГОСТ	Кондитерское изделие (печенье)	40	3,00	6,20	28,00	180
	<b>Итого:</b>	<b>502</b>	<b>23,96</b>	<b>33,23</b>	<b>109,69</b>	<b>761</b>

**Примерное меню  
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
1-4-х классов 2024-2025 учебный год**

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества (г)			Энерг. Цен. ккал
			Б	Ж	У	
<b>9 января 2025 года</b>						
<b>Завтрак</b>						
499/04	Биточек куриный	100/20	6,15	6,39	42,75	233
553/22	с соусом сметанным с томатом		0,56	2,16	1,56	16
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,10	9,15	34,20	245
705/04	Напиток из плодов шиповника	200	0,40	0,00	23,60	94
ГОСТ	Хлеб дарницкий	17	1,12	0,19	7,03	35
ГОСТ	Кондитерское изделие (вафля)	25	1,00	7,50	15,00	133
	<b>Итого:</b>	<b>512</b>	<b>14,33</b>	<b>25,39</b>	<b>124,14</b>	<b>756</b>
<b>Обед</b>						
139/04	Суп картофельный с горохом	250	7,50	3,25	17,25	128
492/2004	Плов из цыпленка	40/210	17,70	26,80	55,10	519

199/2022	с огурцом консервированным	14	0,40	0,00	0,42	2
ГТК	Напиток чайный Ягодный	200	0,20	0,05	12,10	46
ГОСТ	Хлеб дарницкий	21	1,38	0,24	8,68	43
ТУ	Кондитерское изделие (печенье)	10	0,84	8,60	6,90	39
	<b>Итого:</b>	<b>745</b>	<b>28,02</b>	<b>38,94</b>	<b>100,45</b>	<b>777</b>
<b>10 января 2025 года</b>						
<b>Завтрак</b>						
ГТК	Птица тушеная с овощами	90	15,41	15,98	3,80	220
508/04	Каша рассыпчатая гречневая	150	4,10	10,80	39,84	232
ГТК	Напиток из варенья (черная смородина)	200	0,00	0,00	28,96	84
ГОСТ	Хлеб дарницкий	22	1,45	0,25	9,09	45
ГОСТ	Кондитерское изделие (печенье)	40	3,00	6,20	28,00	180
	<b>Итого:</b>	<b>502</b>	<b>23,96</b>	<b>33,23</b>	<b>109,69</b>	<b>761</b>
<b>Обед</b>						
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем	250/5	1,80	4,98	8,13	85
	со сметаной		0,13	0,90	0,15	9
461/04	Тефтели с соусом сметанным с томатом	120	12,27	26,46	15,15	321
512/04	Рис припущенный	150	3,60	6,00	37,00	221
177/2022	Горошек консервированный	14	0,42	0,00	0,84	8
707/04	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,00	90
ГОСТ	Хлеб дарницкий	25	1,64	0,29	10,33	52
	<b>Итого:</b>	<b>764</b>	<b>19,86</b>	<b>38,63</b>	<b>91,60</b>	<b>786</b>

**Примерное меню  
для обучающихся 5-11-х классов 2024-2025 учебный год**

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества (г)			Энерг. Цен. ккал
			Б	Ж	У	
<b>9 января 2025 года</b>						
492/2004	Плов из окорочков	40/210	17,7	26,8	55,1	519
ГТК	Напиток чайный Ягодный	200	0,20	0,05	12,10	46
ГОСТ	Хлеб дарницкий	33	1,94	0,37	13,65	68
ТУ	Кондитерское изделие (пряник)	60	3,66	3,84	44,82	220
	<b>Итого:</b>	<b>543</b>	<b>23,50</b>	<b>31,06</b>	<b>125,67</b>	<b>853</b>
<b>10 января 2025 года</b>						
451/04	Котлета из свинины	100/30	13,29	30,69	16,32	391
601/04	с соусом сметанным с томатом		0,84	3,24	2,34	24
512/04	Рис припущенный	180	4,32	7,2	44,4	265
707/04	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	20,00	90
ГОСТ	Хлеб дарницкий	36	2,12	0,40	14,90	74
ГОСТ	Кондитерское изделие (вафля)	25	1,00	7,50	15,00	133
	<b>Итого:</b>	<b>571</b>	<b>21,57</b>	<b>49,03</b>	<b>112,96</b>	<b>977</b>

**Примерное меню**  
**для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья**  
**5-11-х классов 2024-2025 учебный год**

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества (г)			Энерг. Цен. ккал
			Б	Ж	У	
	<b>9 января 2025 года</b>					
	<b>Завтрак</b>					
311/04	Каша пшеничная жидкая молочная, с маслом	300/2	9,52	5,31	44,13	238/13
705/04	Напиток из плодов шиповника	200	0,40	0,00	23,60	94
ГОСТ	Батон нарезной	34	2,55	0,99	17,48	89
ГОСТ	Кондитерское изделие (вафля)	25	1,00	7,50	15,00	133
	<b>Итого:</b>	<b>561</b>	<b>13,47</b>	<b>13,80</b>	<b>100,21</b>	<b>567</b>
	<b>Обед</b>					
139/04	Суп картофельный с горохом	300	9,00	3,90	20,70	154
461/04	Тефтели с соусом сметанным с томатом	120	12,27	26,46	15,15	321
516/04	Макаронные изделия отварные	180	6,12	10,98	41,04	294
ТТК	Напиток из варенья (черная смородина)	200	0,00	0,00	28,96	84
ГОСТ	Хлеб дарницкий	40	2,63	0,46	16,53	82
	<b>Итого:</b>	<b>840</b>	<b>30,02</b>	<b>41,80</b>	<b>122,38</b>	<b>935</b>
	<b>10 января 2025 года</b>					
	<b>Завтрак</b>					
311/04	Каша гречневая жидкая молочная с маслом	300/5	8,10	4,50	44,80	241
			0,05	3,60	0,07	33
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,05	15,01	57
ГОСТ	Батон нарезной	15	1,13	0,44	7,71	39
ГОСТ	Кондитерское изделие (печенье)	40	3,00	6,20	28,00	180
	<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>12,48</b>	<b>14,79</b>	<b>95,59</b>	<b>550</b>
	<b>Обед</b>					
124/04	Щи из свежей капусты с картофелем	300/6	2,16	5,98	9,76	102
	со сметаной		0,16	1,08	0,18	11
451/04	Котлета из свинины	100	13,29	30,69	16,32	391
512/04	Рис припущенный	180	4,32	7,2	44,4	265
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,05	15,01	57
ГОСТ	Хлеб дарницкий	29	1,90	0,34	11,98	60
	<b>Итого:</b>	<b>815</b>	<b>22,03</b>	<b>45,34</b>	<b>97,65</b>	<b>886</b>