

Утверждаю  
Директор МОУ Байновская СОШ  
Н.А. Кунавина

«30» августа 2024 г.



**Двухнедельное меню**  
**для организации питания детей 12-17 лет**  
**В МОУ Байновская СОШ**



СРЕДА														
ОБЕД														
17	Салат из св. огурцов	100	102	0,7	10,1	2,0	5,0	0,03	0,00	18	33	13	0,5	4,5
134	Рассольник Ленинградский	250/5	192,2	7,862	8,686	192,2	6,72	0,09	0	15,5	63	26,25	0,925	2,35
237	Каша гречневая рассыпчатая	180	267	8,73	10,35	63,9	0	0,09	0,0405	14,25	202,67	13,53	0,454	0,615
367	Гуляш из говядины	120	297	20,6	22,1	4,2	1,3	0,07	0,04	17	215	30	3,2	0,7
503	Кисель пл. ягодный	200	124	0,6	0	31,4	0,8	0,01	0	280	19	7	1,5	0
108	Хлеб с «Валетек-8»	30	70	2,28	0,24	14,76	0,0	0,03	0,00	6	19,5	4,2	0,33	0,33
110	Хлеб ржаной	20	40,4	1,3	0,26	8,6	0,0	0,03	0,0	10	31,6	9,4	7,8	0,0
	Итого:		<b>927,6</b>											
ЧЕТВЕРГ														
ОБЕД														
142	Щи из свежей капусты	250/5	163,2	6,862	8486	10	10,3	0,06	0,1	41,93	48,81	22,65	1,01	1,53
369	Пюре картофельное	180	140	3,04	4,96	20,7	7,6	0,16	0,04	35	266	56	3,4	0,8
333	Рыба жаренная	100	74	0	0	18,4	30	0,06	0,5	0	0	0	0	0
108	Хлеб с «Валетек-8»	30	70	2,28	0,24	14,76	0,0	0,03	0,00	6	19,5	4,2	0,33	0,33
110	Хлеб ржаной	20	40,4	1,3	0,26	8,6	0,0	0,03	0,0	10	31,6	9,4	7,8	0,0
237	Чай с лимоном	200/8	60	0,3	0	15,2	0,8	0	0	14,2	4	2	0,4	0
	Итого		<b>726,6</b>											
ПЯТНИЦА														
ОБЕД														
159/170	Суп пюре из картофеля с гренками	250/20	199,22	5,2	6,3	29,1	7,7	0,114	0,042	94,2	115,8	30,4	0,88	0,2
291	Макароны отварные	180	220,5	5,3	6,2	35,3	0,015	0,057	0	5,7	35,7	8,1	0,78	0,795
381	Котлета из говядины	100	286	17,8	17,5	14,3	0	0,09	0,04	39	185	26	0,28	0,5
448	Соус белый основной	30	19,44	0,037	1,21	1,76	0,22	0,33	0,087	1,65	4,8	1,02	0,042	0,42
508	Компот из сух. фруктов	200	124	0,6	0	31,4	0,8	0,01	0	280	19	7	1,5	0
108	Хлеб с «Валетек-8»	30	70	2,28	0,24	14,76	0,0	0,03	0,00	6	19,5	4,2	0,33	0,33
110	Хлеб ржаной	20	40,4	1,3	0,26	8,6	0,0	0,03	0,0	10	31,6	9,4	7,8	0,0
	Итого		<b>926,66</b>											
ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ														
ПОНЕДЕЛЬНИК														

ОБЕД														
144	Суп картофельный с бобовыми , курицей	250	224	11,062	9,786	22,3	5,67	0,195	0,0375	19	65,75	25,5	0,925	0,225
291	Макароны отварные	180	220,5	5,3	6,2	35,3	0,015	0,057	0	5,7	35,7	8,1	0,78	0,795
367	Гуляш из говядины	120	297	20,6	22,1	4,2	1,3	0,07	0,04	17	215	30	3,2	0,7
	Напиток с витаминами Валитек	200		0	0	18,4	30	0,06	0,5	0	0	0	0	0
108	Хлеб с «Валетек-8»	30	70	2,28	0,24	14,76	0,0	0,03	0,00	6	19,5	4,2	0,33	0,33
110	Хлеб ржаной	20	40,4	1,3	0,26	8,6	0,0	0,03	0,0	10	31,6	9,4	7,8	0,0
	Итого													

### ВТОРНИК

ОБЕД														
147	Суп с макаронными изделиями	250	109,5	2,5	2,7	18,5	6	0,82	0	13,5	53	19,7	0,8	1,4
429	Пюре картофельное	180	140	3,04	4,96	20,7	7,6	0,16	0,04	35	266	56	3,4	0,8
389	Тефтели из говядины с соусом	110	239	13,8	16,37	0,6	0,06	0,02	19	0,02	153	21	0,22	0,5
508	Компот из смеси сух. фруктов	200	124	0,6	0	31,4	0,8	0,01	0	280	19	7	1,5	0
108	Хлеб с «Валетек-8»	30	70	2,28	0,24	14,76	0,0	0,03	0,00	6	19,5	4,2	0,33	0,33
110	Хлеб ржаной	20	40,4	1,3	0,26	8,6	0,0	0,03	0,0	10	31,6	9,4	7,8	0,0
	Итого													

### СРЕДА

ОБЕД														
128	Борщ из свежей капусты	250	163,2	6,872	10,126	13,29	10,3	0,06	0,1	41,93	48,81	22,65	1,01	1,53
237	Каша гречневая рассыпчатая	180	267	8,73	10,35	63,6	0	0,09	0,0405	14,25	202,67	13,53	0,454	0,615
404	Кура отварная	100												
493	Чай с сахаром	200	60	0,1	0	15	0,0	0,00	0,00	11	3	1	0,3	0,0
108	Хлеб с «Валетек-8»	30	70	2,28	0,24	14,76	0,0	0,03	0,00	6	19,5	4,2	0,33	0,33
110	Хлеб ржаной	20	40,4	1,3	0,26	8,6	0,0	0,03	0,0	10	31,6	9,4	7,8	0,0
	Итого													

### ЧЕТВЕРГ

ОБЕД														
	Огурец порционно	50												
142	Щи из свежей капусты	250	163,2	6,862	8,486	10	10,3	0,06	0,1	41,93	48,81	22,65	1,01	1,53
414	Рис отварной	180	245,52	4,428	7,29	40,57	0	0,0324	0,0486	6,12	84,96	27,36	0,63	0,34

343	Рыба тушенная с овощами	100	74	0	0	18,4	30	0,06	0,5	0	0	0	0	0
503	Кисель пл. ягодный	200	124	0,6	0	31,4	0,8	0,01	0	280	19	7	1,5	0
110	Хлеб ржаной	20	40,4	1,3	0,26	8,6	0,0	0,03	0,0	10	31,6	9,4	7,8	0,0
108	Хлеб с «Валетек-8»	30	70	2,28	0,24	14,76	0,0	0,03	0,00	6	19,5	4,2	0,33	0,33
	<b>Итого</b>													
<b>ПЯТНИЦА</b>														
	<b>ОБЕД</b>													
154	Суп крестьянский с крупой	250	112	2,12	5,1	14,5	9,95	0,05	0	26	67	19,5	0,7	2,4
429	Пюре картофельное	180	138	3,15	6,6	16,35	5,1	0,13	0,45	39	85,5	28,5	1,05	,15
398	Печень говяжья по-строгановски	110	213	18,0	13,8	4,3	8,5	0,29	8,04	23	316	18	6,7	5,4
503	Кисель пл. ягодный	200	122	1,4	0	29	0	0	0	1	0	0,00	0,1	0
108	Хлеб с «Валетек-8»	30	70,5	2,3	28	14,76	0,0	0,03	0,00	6	19,5	4,2	0,33	0,33
110	Хлеб ржаной	20	40,4	1,3	0,26	8,6	0,0	0,03	0,0	10	31,6	9,4	7,8	0,0
	<b>Итого</b>													

Использованы документы

- 4) СП2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения. Постановление от 27.10.20г.№32
- 5) Сборник технических нормативов для питания детей .Часть 2. Екатеринбург 2015 г.
- 6) Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ – интернатов.

Примечание:

- 3) Овощи в натуральном виде свежего урожая.
- 4) Рыба в детском питании используется только морская.