

Школа МБОУ "СОШ №1 с Белиджи" Меню для детей участников СВО на 2024-2025 уч.г. Утвердил: должность Директор  
 Меню приготавливаемых блюд фамилия Маилова К.А.  
 Возрастная категория 12-18 ЛЕТ дата 13 1 2025  
 день месяц год

| Неделя | День недели | Примы пищи                            | Номер рецептуры | Блюда  | Вес блюда, г | Белки          | Жиры          | Углеводы      | Калорийность   | Витамины                     | Цена |
|--------|-------------|---------------------------------------|-----------------|--|--------------|----------------|---------------|---------------|----------------|------------------------------|------|
|        |             |                                       |                 |  |              |                |               |               |                |                              |      |
| 1      | 1           | 1 смена<br>обед                       | 170/2005        | Борщ из свежей капусты с картофелем            | 300          | 180            | 3             | 6             | 23             | B1-0,072; C-12,348           |      |
|        |             |                                       | 041/2005        | Плов из птицы                                  | 60/250       | 572            | 39            | 33            | 65             | B1-0,0875; A-72,5; C-1,35    |      |
|        |             |                                       | 968/2005        | Кисель из смеси сухофруктов                    | 200          | 28             | 0             | 0             | 14             |                              |      |
|        |             |                                       | 1350/2002       | Чурек  | 40           | 114            | 4             | 0             | 33             | B1-0,9                       |      |
|        |             |                                       | <b>итого</b>    |  | <b>540</b>   | <b>894,42</b>  | <b>45,714</b> | <b>39,26</b>  | <b>134,114</b> |                              |      |
| 1      | 2           | 1 смена<br>обед                       | 200/2005        | Суп картофельный с горошком                    | 300          | 162            | 7             | 6             | 20             | B-0,12; C-9,996              |      |
|        |             |                                       | 608/2005        | Котлеты из говядины                            | 1\55         | 137            | 9             | 7             | 22             | B1-0,055; A-15,807; C-0,0825 |      |
|        |             |                                       | 968/2005        | Каша гречневая рассыпчатая                     | 200          | 307            | 10            | 7             | 28             | B1-0,37; A-0,6; C-16         |      |
|        |             |                                       | 686/2002        | Чурек  | 40           | 107            | 1             | 1             | 27             | B1-0,9                       |      |
|        |             |                                       | 686/2005        | Компот из кураги                               | 200          | 114            | 4             | 0             | 24             | C-0,41                       |      |
|        |             |                                       | <b>итого</b>    |  | <b>740</b>   | <b>827,84</b>  | <b>30,758</b> | <b>21,604</b> | <b>119,15</b>  |                              |      |
| 1      | 3           | 1 смена<br>обед                       | 261/2002        | Суп - хинкал с говядиной                       | 300/30/55    | 209            | 23            | 9             | 7              | B1-0,108; A-0,012; C-1,368   |      |
|        |             |                                       | 355/2005        | Рис отварной                                   | 200          | 180            | 4             | 6             | 28             | B1-0,06; A-0,06; C-0,151     |      |
|        |             |                                       |                 | сок промышленного производства                 | 200          | 94             | 1             | 0             | 24             |                              |      |
|        |             |                                       | 1035/2005       | Чурек  | 40           | 86             | 3             | 0             | 18             | B-0,067 C-10;                |      |
|        |             |                                       | <b>итого</b>    |  | <b>440</b>   | <b>568,9</b>   | <b>30,68</b>  | <b>15,35</b>  | <b>77,41</b>   |                              |      |
| 1      | 4           | 1 смена<br>обед                       | 208/2005        | Суп картофельный с макаронными изделиями       | 300          | 126            | 3             | 3             | 21             | B-0,132; C-9,9; A-0,012      |      |
|        |             |                                       | 637/2005        | птица отварная                                 | 85           | 185            | 19            | 12            | 32             | B-0,0319 A-17 C-0,120        |      |
|        |             |                                       | 679/2005        | каша пшеничная рассыпчатая                     | 150          | 240            | 7             | 5             | 40             | B-0,165; A-0,03              |      |
|        |             |                                       | 686/2005        | компот из кураги                               | 150          | 107            | 1             | 0             | 27             | B-0,1 C-0,08                 |      |
|        |             |                                       | 1035/2005       | чурек  | 40           | 70             | 3             | 0             | 13             | B-0,9                        |      |
|        |             |                                       | <b>итого</b>    |  | <b>725</b>   | <b>728,14</b>  | <b>33,25</b>  | <b>21</b>     | <b>131,95</b>  |                              |      |
|        |             |                                       |                 |  |              |                |               |               |                |                              |      |
| 1      | 5           | Завтрак<br>1 смена<br>обед<br>2 смена | 204/ 2005       | Суп рисовый с говядиной                        | 300/20       | 136            | 0             | 4             | 18             | B-0,132 A-0,012 ; C-9,996    |      |
|        |             |                                       | 301/ 2005       | Птица тушенная                                 | 80/80        | 249            | 20            | 16            | 5              | B-0,05 A-43 C0,02            |      |
|        |             |                                       | 688/ 2005       | Макароны отварные                              | 200          | 225            | 7             | 6,03          | 35,2           | B-0,11 A-37                  |      |
|        |             |                                       |                 | Чай  | 200          | 28             | 0             | 0             | 14             | B-0,09                       |      |
|        |             |                                       | 1035/ 2005      | Чурек  | 40           | 114            | 4             | 0             | 24             | B-0,9                        |      |
|        |             |                                       | <b>итого</b>    |  | <b>440</b>   | <b>750,97</b>  | <b>31,476</b> | <b>20,83</b>  | <b>60,52</b>   |                              |      |
|        |             |                                       |                 |  |              |                |               |               |                |                              |      |
| 2      | 1           | 1 смена<br>обед<br>6 день             | 197/2005        | Рассольник с мясом с перловой крупой           | 300/20       | 155            | 5             | 6             | 17             | B-0,113; C-6,688             |      |
|        |             |                                       | 694/2005        | Пюре из картофеля                              | 170          | 183            | 4             | 10            | 27             | B1-0,159; A-28,9; C-20,56    |      |
|        |             |                                       | 679/2005        | Гуляш из говядины                              | 55/40        | 122            | 14            | 12            | 3              | B1-0,187; C-1,41             |      |
|        |             |                                       | 1350/2002       | Чурек  | 40           | 107            | 1             | 1             | 27             | B1-0,9                       |      |
|        |             |                                       | 686/2005        | Компот из кураги                               | 200          | 114            | 4             | 0             | 24             | A-60                         |      |
|        |             |                                       | <b>итого</b>    |  | <b>410</b>   | <b>681,24</b>  | <b>27,84</b>  | <b>28,5</b>   | <b>98,62</b>   | 4                            |      |
|        |             |                                       |                 |  |              |                |               |               |                |                              |      |
| 2      | 2           | 1 смена<br>обед<br>7 день             | 71/ 2005        | Суп-лапша домашняя с птицей                    | 300/30       | 130            | 6             | 8             | 17             | A-12                         |      |
|        |             |                                       |                 | Каша пшеничная                                 | 200          | 321            | 10            | 7             | 53             | B-0,23; A-0,04               |      |
|        |             |                                       |                 | Кефир  | 200          | 107            | 6             | 5             | 8              | B-0,08 A-1,4 A-40            |      |
|        |             |                                       | 1035/2005       | Чурек  | 40           | 114            | 4             | 0             | 24             | B-0,067; C-10                |      |
|        |             |                                       | <b>итого</b>    |  | <b>440</b>   | <b>670,72</b>  | <b>25,864</b> | <b>20,19</b>  | <b>101,68</b>  |                              |      |
| 2      | 3           | 1 смена<br>обед<br>8 день             | 208/ 2005       | Суп картофельный с макаронными изделиями       | 300          | 125            | 3             | 3             | 21             | B-0,132 A-0,012; C-9,9       |      |
|        |             |                                       | 244/ 2015       | Плов с мясом                                   | 180          | 508            | 11            | 31            | 52             | A-0,0103 C-0,37              |      |
|        |             |                                       | 859/ 2005       | Компот из свежих плодов                        | 200          | 28             | 0             | 0             | 22             | B-0,26 A0,1 C-20,3           |      |
|        |             |                                       | 1035/ 2005      | Чурек  | 40           | 114            | 4             | 0             | 24             | B-10                         |      |
|        |             |                                       | <b>итого</b>    |  | <b>720</b>   | <b>774,87</b>  | <b>18,34</b>  | <b>34,37</b>  | <b>119,2</b>   |                              |      |
|        |             |                                       |                 |  |              |                |               |               |                |                              |      |
| 2      | 4           | 1 смена<br>обед<br>9 день             | 187/2005        | Суп из свежей капусты с картофелем и говядиной | 300/15       | 136            | 7             | 7             | 22             | B-0,0864 C-22,25             |      |
|        |             |                                       | 608/2005        | Каша гречневая, рассыпчатая                    | 200          | 251            | 6             | 13            | 30             | B-0,49; A-0,08; C-16         |      |
|        |             |                                       |                 | Сок промышленного производства                 | 200          | 94             | 1             | 0             | 24             |                              |      |
|        |             |                                       | 1035/2002       | Чурек  | 40           | 114            | 4             | 0             | 24             | B-0,067; C-10                |      |
|        |             |                                       | <b>итого</b>    |  | <b>440</b>   | <b>595,47</b>  | <b>18,08</b>  | <b>20,36</b>  | <b>99,45</b>   |                              |      |
| 2      | 5           | 1 смена<br>обед<br>10 день            | 200/ 2005       | Щи из свежей капусты со сметаной               | 300          | 102            | 2             | 6             | 11             | C-22,152                     |      |
|        |             |                                       | 608/ 2005       | Шницель из говядины                            | 85           | 195            | 13            | 10            | 13             | B-0,085; A-24,44; C-0,127    |      |
|        |             |                                       | 688/ 2005       | Пюре из картофеля                              | 200          | 183            | 4             | 10            | 27             | B-0,187 A-34; C-24,19        |      |
|        |             |                                       | 686/ 2005       | Чай  | 200          | 107            | 1             | 0             | 27             |                              |      |
|        |             |                                       |                 | Чурек  | 40           | 86             | 3             | 0             | 18             | B-0,067; C-10                |      |
|        |             |                                       | <b>итого</b>    |  | <b>825</b>   | <b>672,84</b>  | <b>23,02</b>  | <b>26,35</b>  | <b>96,1</b>    |                              |      |
| 2      | 5           | 1 смена<br>обед<br>11 день            | 200/ 2005       | Суп картофельный с горохом                     | 300          | 162            | 7             | 6             | 20             | B-0,12; C-9,996              |      |
|        |             |                                       | 608/ 2005       | Котлеты из говядины                            | 1\55         | 149            | 10            | 7             | 23             | B-0,055; A-15,807; C-0,0825  |      |
|        |             |                                       | 688/ 2005       | Макароны отварные                              | 200          | 225            | 7             | 6             | 35             | B-0,107; A-37,33             |      |
|        |             |                                       | 686/ 2005       | Компот из сухофруктов                          | 200          | 107            | 1             | 0             | 27             | C-0,41                       |      |
|        |             |                                       |                 | Чурек  | 40           | 114            | 4             | 0             | 24             | B-0,067; C-10                |      |
|        |             |                                       | <b>итого</b>    |  | <b>740</b>   | <b>756,604</b> | <b>29,234</b> | <b>20,22</b>  | <b>128,502</b> |                              |      |
| 2      | 5           | 1 смена<br>обед<br>12 день            | 200/ 2005       | Суп с фасолью на курином бульоне               | 300          | 124            | 6             | 8             | 17             | A-12;                        |      |
|        |             |                                       | 608/ 2005       | Птица отварная                                 | 85           | 175            | 18            | 12            | 30             | B-0,032; A-17; C-0,112       |      |
|        |             |                                       | 688/ 2005       | Капуста тушенная                               | 55           | 78             | 1             | 2             | 13             | B-0,88; A-11,55; C-11,55     |      |
|        |             |                                       | 686/ 2005       | Компот из сухофруктов                          | 200          | 107            | 1             | 0             | 27             | C-0,14                       |      |
|        |             |                                       |                 | Чурек  | 40           | 114            | 4             | 0             | 24             | B-0,03; C-10                 |      |
|        |             |                                       | <b>итого</b>    |  | <b>680</b>   | <b>598,95</b>  | <b>30,03</b>  | <b>22,96</b>  | <b>110,16</b>  |                              |      |