



Шаповалов Т.Н.

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
на осенне-зимний период Льготная категория питающихся 5-11 кл
для школьников МБОУ Курская ООШ
г. Миллерово

Согласовано

Директор МБОУ Курская ООШ

Канпурова И.В.

2025-2026г

Сборник рецептов на продукцию во всех образовательных учреждениях Могильный М.П. Тутьяня В.А. Ред.2011г

Платное меню приготавливаемых блюд на осенне-зимний период. Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 45,39р

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	ЦЕНА
			Белки	Жиры	Углеводы			
Рацион: Школа миллеровский район Неделя: 1 День: понедельник								
Льготная кат								
	Суп картофельный с вермишелью	200	2,15	2,27	13,96	94,6	103	
	Хлеб пшеничный(обогатченный)	20	1,58	0,2	9,24	46,76	560	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99		38,05	161,43	349	
Итого за Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 45,39р								45,39 Р
Рацион: Школа миллеровский район Неделя: 1 День: вторник								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Льготная кат								
	Щи из свежей капусты с картофелем.	200	1,41	3,96	6,32	71,8	88	
	Хлеб пшеничный(обогатченный)	20	1,58	0,2	9,24	46,76	560	
	Чай с сахаром и лимоном.	180	0,11	0,02	12,32	50,27	377	
Итого за Льготная категория питающихся (5-11 кл) по 45,39р								45,39 Р

Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 1		День: среда		(лист 3)		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры		
			Белки	Жиры				Углеводы
Льготная кат	Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	13,23	118,6	102	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,58	0,2	9,24	46,76	560	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99		38,05	161,43	349	
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл)							326,79	
по 45,39р							45,39 Р	
Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 1		День: четверг		(лист 4)		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры		
			Белки	Жиры				Углеводы
Льготная кат	Борщ с капустой и картофелем	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82	
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,58	0,2	9,24	46,76	560	
	Кофейный напиток	180			17,96	71,82	379	
Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл)							390,98	
по 45,39р							45,39 Р	

Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 2				День: четверг				(лист 9)
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры			
			Белки	Жиры	Углеводы					
Льготная кат										
	Рассольник Ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,8	96			
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,58	0,2	9,24	46,76	560			
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,99		38,05	161,43	349			
	Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р	400	4,18	4,27	56,87	293,99		45,39 Р		
Рацион: Школа миллеровский район		Неделя: 2				День: пятница				(лист 10)
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры			
			Белки	Жиры	Углеводы					
Льготная кат										
	Борщ с капустой и картофелем...	200	4,59	13,8	32,01	272,4	82			
	Хлеб пшеничный(обогащенный)	20	1,58	0,2	9,24	46,76	560			
	Сок фруктовый или ягодный .	180	0,9	0,18	18,18	76,32	389			
	Итого за Льготная категория питающихся (5-11кл) по 45,39р	400	7,07	14,18	59,43	395,48		45,39 Р		

Итого за период	4000	46,13	58,38	507,61	2863,62
Среднее значение за период		4,613	5,838	50,761	286,362

Составил _____ Администратор

Утвердил _____

