

**Примерное двухнедельное меню**  
**на оказание услуг по организации бесплатного питания обучающихся**  
**муниципальных общеобразовательных организаций из малообеспеченных, многодетных,**  
**мобилизованных семей, ЖБУ на 2025 год**  
**в размере 89,00 рублей (восемьдесят девять рублей 00 копеек) в день**

Возрастная группа 12-18 лет

завтрак №2

| № рец.                     | Наименование блюд                 | Выход грамм | Белки | Жиры  | Углево<br>ды | ККАЛ           |
|----------------------------|-----------------------------------|-------------|-------|-------|--------------|----------------|
| <b>Понедельник (1день)</b> |                                   |             |       |       |              |                |
| 204                        | Макаронные издел. отварн. с м/сл. | 180/20      | 5.52  | 5.3   | 35.33        | 211.10         |
| ПР                         | Сыр твердый                       | 30          | 7.51  | 12.37 | 54.95        | 247.57         |
| 271                        | Чай с сахаром                     | 200         | 0.12  | --    | 12.04        | 48.64          |
| ГП.                        | Хлеб пшеничный с повидлом         | 50/50       | 3.24  | 4.27  | 39.3         | 290.28         |
| ГП                         | Огурец соленый                    | 60          | 0.42  | 3.36  | 2.59         | 42.27          |
| <b>Итого:</b>              |                                   | <b>590</b>  |       |       |              | <b>839.86</b>  |
| <b>Вторник (2день)</b>     |                                   |             |       |       |              |                |
| 191                        | Плов из птицы                     | 250         | 35.43 | 32.38 | 39.10        | 711.51         |
| 243                        | Какао с молоком                   | 200         | 4.85  | 5.04  | 32.73        | 195.71         |
| ГП                         | Хлеб пшеничный                    | 50          | 7.5   | 2.0   | 48.67        | 233.33         |
| ГП                         | Огурец соленый                    | 60          | 0.42  | 3.36  | 2.59         | 42.27          |
| <b>Итого:</b>              |                                   | <b>560</b>  |       |       |              | <b>1182.82</b> |
| <b>Среда (3день)</b>       |                                   |             |       |       |              |                |
| 196                        | Каша гречневая рассыпчатая        | 180         | 8.73  | 5.43  | 45.0         | 263.81         |
| 189/238                    | Котлета мясная с соусом           | 120         | 11.29 | 14.29 | 18.01        | 214.17         |
| 269                        | Чай с молоком                     | 200         | 2.79  | 2.55  | 13.27        | 87.25          |
| ГП                         | Хлеб пшеничный с повидлом         | 30/30       | 4.74  | 1.2   | 28.98        | 140.28         |
| <b>Итого:</b>              |                                   | <b>560</b>  |       |       |              | <b>909.51</b>  |
| <b>Четверг (4день)</b>     |                                   |             |       |       |              |                |
| 143                        | Котлеты рыбные с соусом           | 90/50       | 10.36 | 1.93  | 6.79         | 85.93          |
| 204                        | Макарон.изделия отварные          | 180         | 30.07 | 27.34 | 190.8        | 325.0          |
| 271                        | Чай с сахаром                     | 200         | 0.12  | -     | 12.04        | 48.64          |
| ГП                         | Хлеб ржаной                       | 30          | 3.36  | 1.32  | 29.6         | 137.94         |
| <b>Итого:</b>              |                                   | <b>550</b>  |       |       |              | <b>597.51</b>  |
| <b>Пятница (5день)</b>     |                                   |             |       |       |              |                |
| 93                         | Каша «Дружба»                     | 250         | 6.55  | 8.33  | 35.09        | 241.11         |
| 254                        | Напиток яблочный                  | 200         | 0.16  | --    | 14.99        | 60.64          |
| ГП                         | Хлеб пшеничный с повидлом         | 60/50       | 9.48  | 2.4   | 57.96        | 280.56         |
| <b>Итого:</b>              |                                   | <b>560</b>  |       |       |              | <b>582.31</b>  |

| Понедельник   |                             | (6день)    |       |       |        |               |
|---------------|-----------------------------|------------|-------|-------|--------|---------------|
| 204           | Макаронные изделия отварные | 180/20     | 5.52  | 5.3   | 35.33  | 211.10        |
| 98            | Сыр твердый                 | 30         | 6.20  | 8.05  | 31.09  | 222.02        |
| 271           | Чай с сахаром               | 200        | 0.12  | -     | 12.04  | 48.64         |
| ГП            | Хлеб пшеничный с повидлом   | 100        | 4.32  | 5.69  | 52.33  | 273.33        |
| ГП            | Огурец соленый              | 60         | 0.42  | 3.36  | 2.59   | 42.27         |
| <b>Итого:</b> |                             | <b>590</b> |       |       |        | <b>797.36</b> |
| Вторник       |                             | (7день)    |       |       |        |               |
| 196           | Каша гречневая рассыпчатая  | 180        | 8.73  | 5.43  | 45.0   | 263.81        |
| 189/238       | Котлеты мясные с соусом     | 120        | 11.29 | 14.29 | 18.01  | 214.17        |
| 263           | Напиток фруктовый           | 200        | 0.74  | 0.08  | 25.52  | 105.79        |
| ГП            | Хлеб ржано-пшеничный        | 60         | 3.36  | 1.32  | 29.64  | 137.94        |
| <b>Итого:</b> |                             | <b>560</b> |       |       |        | <b>721.71</b> |
| Среда         |                             | (8день)    |       |       |        |               |
| 163           | Жаркое по - домашнему       | 170/30     | 20.49 | 15.75 | 20.12  | 303.71        |
| 243           | Какао с молоком             | 200        | 4.85  | 5.04  | 32.73  | 195.71        |
| ГП            | Огурец соленый              | 100        | 0.84  | 7.72  | 5.18   | 84.54         |
| ГП            | Хлеб пшеничный              | 60         | 8.64  | 11.38 | 104.66 | 280.56        |
| <b>Итого:</b> |                             | <b>560</b> |       |       |        | <b>864.52</b> |
| Четверг       |                             | (9день)    |       |       |        |               |
| ГП            | Огурец соленый              | 100        | 0.84  | 7.72  | 5.18   | 84.54         |
| 191           | Плов из птицы               | 220        | 35.43 | 32.38 | 39.10  | 711.51        |
| 271           | Чай с сахаром               | 200        | 0.12  | -     | 12.04  | 48.64         |
| ГП            | Хлеб пшеничный              | 30         | 4.74  | 1.2   | 28.98  | 140.28        |
| <b>Итого:</b> |                             | <b>550</b> |       |       |        | <b>984.97</b> |
| Пятница       |                             | (10день)   |       |       |        |               |
| 99            | Каша пшеничная мол. жидкая  | 250        | 7.44  | 8.07  | 35.28  | 243.92        |
| 254           | Напиток яблочный            | 200        | 0.16  | --    | 14.99  | 60.64         |
| ГП            | Хлеб пшеничный с повидлом   | 50/50      | 3.24  | 4.27  | 39.25  | 205.0         |
| <b>Итого:</b> |                             | <b>550</b> |       |       |        | <b>509.56</b> |

СОГЛАСОВАНО:

Директор школы



СОГЛАСОВАНО:

И П Шарапова Л.А.

