

Утверждаю:



2026г

Примерное 10-и дневное меню для организации питания детей (платное питание) в образовательных учреждениях Куйбышевского района.

Действительно с сентября 2026г.

(данное меню распространяется на категорию детей питающихся за счет средств родителей Куйбышевского района)

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: сотрудники

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	13,53	16,89	59,00	368,00	Пермь 2001г. №55
	Макароны отварные	150	5,33	6,17	35,60	223,00	Новосибирск 2022г. № 54-1г
	Биточки из говядины	50	7,39	6,25	5,19	107,00	Пермь 2001г. №180
	Батон	20	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
Обед	Соус красный основной	20	0,66	0,48	1,78	14,00	Новосибирск 2022г. № 54-3 соус
	Чай с сахаром	150	0,19	0,00	6,39	24,00	Новосибирск 2022г. № 54-2гн
Итого за обед			29,51	30,93	124,49	822,00	
Итого за день			29,51	30,93	124,49	822,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
	Свекольник	150	1,20	1,40	7,80	49,00	Новосибирск 2022г. № 54-18с
Обед	Картофельное пюре	150	3,22	5,17	19,80	139,00	Новосибирск 2022г. № 54-11г
	Рыба (тушеная) в томате с овощами	50	22,62	21,89	79,00	578,00	Новосибирск 2022г. № 54-11п
	Батон	20	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
	Чай с сахаром	150	0,19	0,00	6,39	24,00	Новосибирск 2022г. № 54-2гн
			29,64	29,60	129,52	876,00	

Итого за день			29,64	29,60	129,52	876,00
---------------	--	--	-------	-------	--------	--------

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норецптуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,89	1,62	13,59	76,00	Новосибирск 2022г.№54-7с
	Батон	20	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
	Плов с курицей	180	22,89	25,75	78,00	632,00	Новосибирск 2022г. № 54-12м
обед							
	Чай с сахаром	150	0,19	0,00	6,39	24,00	Новосибирск 2022г.№ 54-2гн
Итого за обед			27,38	28,51	114,51	818,00	
Итого за день			27,38	28,51	114,51	818,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норецптуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4	Борщ с капустой и картофелем	150	11,56	13,69	50,50	352,00	Новосибирск 2022г.№ 54-2с
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	6,30	36,00	233,00	Новосибирск 2022г.№ 54-4г
	Тефтели из говядины	50	7,39	6,25	5,19	107,00	Пермь 2001г.№ 180
обед	Батон	20	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
	Чай с сахаром	150	0,19	0,00	6,39	24,00	Новосибирск 2022г.№ 54-2гн

	Соус томатный	20	0,16	1,01	1,28	14,00	Пермь 2001г. № 238
Итого за обед							
Итого за день							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норецптуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5							
	Суп картофельный с горохом	150	11,56	11,96	60,12	389,00	Новосибирск 2022г. № 54-25с
	Картофельное пюре	150	3,86	6,20	23,76	167,00	Новосибирск 2022г. № 54-11г
	Голубцы ленивые	50	8,64	7,84	7,62	136,00	Новосибирск 2022г. № 54-3м
	Батон	20	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
обед	Чай с сахаром	150	0,19	0,00	6,39	24,00	Новосибирск 2022г. № 54-2гн
	Соус красный основной	20	0,66	0,48	1,78	14,00	Новосибирск 2022г. № 54-3 соус
Итого за обед							
Итого за день							

Прием пищи	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норецптуры

обед	Суп картофельный с крупой гречневой	150	11,89	11,96	59,30	389,00	Москва 2004г. №138 Новосибирск 2022г. №54-5г
	Каша перловая рассыпчатая	150	4,69	6,74	33,28	216,00	Пермь 2001г. №180 1982г № 1089
	Шницель из говядины	50	7,39	6,25	5,19	107,00	Новосибирск 2022г. № 54-2гн
	Батон	20	2,41	1,14	16,53	86,00	Новосибирск 2022г. №54-5соус
	чай с сахаром	150	0,19	0,00	6,39	24,00	
	Соус молочный с морковью	20	0,47	1,93	1,76	27,00	
Итого за обед			27,04	28,02	122,45	849,00	
Итого за день			27,04	28,02	122,45	849,00	

Итого за День	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норецптуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 2	обед	Свекольник	150	1,20	1,40	7,80	49,00	Новосибирск 2022г. № 54-18с
		Макароны отварные	150	5,33	6,17	35,60	223,00	Новосибирск 2022г. № 54-1г
		Батон	20	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
		Курица тушеная с морковью	50	19,50	21,69	56,56	489,00	Новосибирск 2022г.№54-25м
		Чай с сахаром	150	0,19	0,00	6,39	24,00	Новосибирск 2022г.№ 54-2гн

Итого за обед						28,63	30,40	122,88	871,00	
Итого за день						28,63	30,40	122,88	871,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норецптуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 3	Суп картофельный с клецками	150	2,16	3,14	13,20	89,00	Новосибирск 2022г.№ 54-6с
	Рагу из овощей	150	10,56	11,01	33,89	309,00	Новосибирск 2022г.№ 54-22м
	Котлеты из говядины	50	13,50	15,90	45,00	325,00	Пермь 2001г.№ 180
	Батон	20	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
	чай с сахаром	150	0,19	0,00	6,39	24,00	Новосибирск 2022г.№ 54-2гн
Итого за обед			28,82	31,19	115,01	833,00	
Итого за день			28,82	31,19	115,01	833,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норецптуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 4						280,00	Новосибирск

обед	рис отварной	150	3,52	4,80	35,02	197,00	Новосибирск 2022г.№54-6г
	Рыба (тушеная) в томате с овощами	50	11,62	11,89	10,00	178,00	Новосибирск 2022г. № 54-11г
	Батон	20	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
	чай с сахаром	150	0,19	0,00	6,39	24,00	Новосибирск 2022г.№ 54-2гн
Итого за обед			29,30	29,79	128,06	874,00	
Итого за день			29,30	29,79	128,06	874,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норцеπτуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 5	Рассольник ленинградский	150	3,96	8,10	13,10	326,00	Новосибирск 2022г.№54-3с
	Батон	20	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
	Картофель тушеный с курицей	100/50	20,72	19,60	78,90	380,00	Новосибирск 2000г.№69
	чай с сахаром	150	0,19	0,00	6,39	24,00	Новосибирск 2022г.№ 54-2гн
обед							
Итого за обед			27,28	28,84	114,92	816,00	
Итого за день			27,28	28,84	114,92	816,00	

значение за период:		5,68	5,98	23,94	163,80
---------------------	--	------	------	-------	--------

Исп. техник-технолог А.В.Волкова

