

Утверждаю:

Директор школы
В.А.Александрова



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: с 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,42	6,42	27,60	169,00	Пермь 2001г. №55
	Макароны отварные	180	6,40	7,40	42,72	268,00	Новосибирск 2022г. № 54-1г
	Биточки из говядины	100	14,79	12,50	10,39	214,00	Пермь 2001г. №180
	Батон	30	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
Обед	Компот из смеси сухофруктов	180	0,49	0,00	16,32	69,00	Новосибирск 2022г. № 54-1 хн
	Соус красный основной	20	0,66	0,48	1,78	14,00	Новосибирск 2022г. № 54-3 соус
			27,17	27,94	115,34	820,00	
Итого за обед							
Итого за день			27,17	27,94	115,34	820,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
	Свекольник	250	2,00	2,33	13,02	83,00	Новосибирск 2022г. № 54-18с
Обед	Картофельное пюре	180	3,86	6,20	23,76	167,00	Новосибирск 2022г. № 54-11г
	Рыба (тушеная) в томате с овощами	100	20,30	22,30	42,90	425,00	Новосибирск 2022г. № 54-11п
	Батон	30	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
	Компот из яблок	180	0,11	0,00	16,57	66,00	Пермь 2001г. №254
	Фрукт свежий	100	0,54	0,00	15,48	72,00	Москва 2004г. №653
Итого за обед			29,22	31,97	128,26	899,00	

за день			29,22	31,97	128,26	899,00
---------	--	--	-------	-------	--------	--------

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норецптуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3							
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,15	2,70	22,65	127,00	Новосибирск 2022г. №54-7с
	Батон	30	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
	Плов с курицей	280	22,30	23,90	56,90	530,00	Новосибирск 2022г. № 54-12м
	Компот из изюма	180	0,32	0,00	18,89	73,00	Новосибирск 2022г. № 54-4хн
Итого за обед			28,18	27,74	114,97	816,00	
Итого за день			28,18	27,74	114,97	816,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норецптуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4							
обед	Борщ с капустой и картофелем	250	3,6	5,30	35,60	162,00	Новосибирск 2022г. № 54-2с
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	7,56	43,20	280,00	Новосибирск 2022г. № 54-4г
	Тефтели из говядины	100	12,03	12,50	10,39	214,00	Пермь 2001г. № 180
	Батон	30	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
	Компот из кураги	180	0,90	0,08	14,12	60,00	Новосибирск 2022г. № 54-2хн

Соус томатный	20	0,16	1,01	1,28	14,00	Пермь 2001г. № 238
Итого за обед		29,06	27,59	121,12	816,00	
Итого за день		29,06	27,59	121,12	816,00	

Итого за день	Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норецптуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5	обед							
		Суп картофельный с горохом	260	10,25	10,20	35,00	253,00	Новосибирск 2022г.№ 54 25с
		Картофельное пюре	180	3,22	5,17	19,80	139,00	Новосибирск 2022г. № 54-11г
		Голубцы ленивые	100	10,78	10,80	18,90	233,00	Новосибирск 2022г. № 54-3м
		Батон	30	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
		Напиток яблочный	180	0,07	0,00	23,49	91,00	Москва 2004г. №701
		Соус красный основной	20	0,66	0,48	1,78	14,00	Новосибирск 2022г.№ 54 3 соус
Итого за обед								
Итого за день				27,39	27,79	115,50	816,00	

Итого за день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норецптуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Прием пищи							
Неделя 2							
День 1	Суп картофельный с крупой гречневой	250	3,96	4,05	29,65	159,00	Москва 2004г.№138
		180	5,63	8,09	39,94	259,00	Новосибирск 2022г.№54-5г

Утверждаю:

обед	Шницель из говядины	100	14,79	12,50	10,39	214,00	Пермь 2001г. №180
	Батон	30	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,44	0,00	17,82	73,00	Новосибирск 2022г. № 54-1 хн
	Соус молочный с морковью	20	0,47	1,93	1,76	27,00	Новосибирск 2022г. №54-5соус
			27,70	27,71	116,09	818,00	
Итого за обед							
Итого за день			27,70	27,71	116,09	818,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норецптуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 2							
	Свекольник	250	2,00	2,33	13,02	83,00	Новосибирск 2022г. № 54-18с
	Макароны отварные	180	9,50	7,40	42,72	268,00	Новосибирск 2022г. № 54-1г
	Батон	30	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
	Кондитерское изделие	1шт/30гр	1,10	5,10	18,60	124,00	Пром.
обед	Курица тушеная с морковью	100	15,69	14,30	14,60	258,00	Новосибирск 2022г. №54-25м
	Напиток из ягоды с/м	180	0,20	0,00	22,79	88,00	Новосибирск 2022г. №54-25м
			30,90	30,27	128,26	907,00	
Итого за обед							
Итого за день			30,90	30,27	128,26	907,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норецптуры
			Белки	Жиры	Углеводы		

Неделя 2 День 3									Новосибирск 2022г. № 54 6с
обед	Суп картофельный с клецками	250	7,23	8,60	34,98	236,00			Новосибирск 2022г. № 54 22м
	Рагу из овощей	180	2,89	6,50	39,00	224,00			Пермь 2001г. № 180
	Котлеты из говядины	100	14,79	12,50	10,39	214,00			1982г № 1089
	Батон	30	2,41	1,14	16,53	86,00			Новосибирск 2022г. № 54 2хн
	Компот из кураги	180	0,90	0,08	14,12	60,00			
Итого за обед			28,22	28,82	115,02	820,00			
Итого за день			28,22	28,82	115,02	820,00			

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норцептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 4							
	Суп картофельный с горохом	250	6,12	5,50	35,00	253,00	Новосибирск 2022г. № 54 25с
	Рис отварной	180	1,01	2,00	3,03	42,00	Новосибирск 2022г. № 54- 6г
	Рыба припущенная в молоке	100	20,30	22,30	42,90	425,00	Новосибирск 2022г. № 54- 6р
	Батон	30	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
обед	Компот из изюма	180	0,32	0,00	18,89	73,00	Новосибирск 2022г. № 54-4хн
	Фрукт свежий	180	0,54	0,00	15,48	72,00	Москва 2004г. №653
Итого за обед			30,70	30,94	131,83	951,00	

день			30,70	30,94	131,83	951,00	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Норецптуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 5							
	Рассольник ленинградский	260	2,40	15,12	55,60	232,00	Новосибирск 2022г.№54-3с
	Картофель тушеный с курицей	270	21,98	11,69	29,30	455,00	Новосибирск 2000г.№69
	Напиток из шиповника	180	0,54	0,18	13,68	58,00	Новосибирск 2022г.№54-13 хн
	Батон	30	2,41	1,14	16,53	86,00	1982г № 1089
обед							
Итого за обед			27,33	28,13	115,11	831,00	
Итого за день			27,33	28,13	115,11	831,00	
Среднее значение за период:			28,59	28,89	120,15	849,40	



[Handwritten signature]

А.В.Волкова

Исп. техник-технолог