УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

Директор ООО ТПП "Сириус-Н"	Директор МБОУ СОШ № 9		
И.Ю.Лебедева	Н.В. Петрова		
01.09.2025 г.	01.09.2025 г.		

Пимерное десятидневное меню <u>обедов</u> для обучающихся из многодетных семей, малоимущих семей, детей, для обучающихся, где один из родителей (законных представителей) участник специальной военной операции

	представителей) участник спец	иальной	военной	операці	ии		
	1 неделя понедельник						
$\mathcal{N}_{\underline{0}}$		Масса	Энерге		ества (г)		
рецептур	Прием пищи, наименование блюда	порц	т. ценн.	Б	Ж	У	
	ОБЕД						
102/11	Суп картофельный с горохом	200	138,60	7,39	8,22	19,23	
279/11	Тефтели 2-й вариант или полуфабрикат из мяса птицы с соусом 759/13	90	274,10	7,46	9,49	10,70	
	Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная,						
302/11	ячневая, перловая)	150	223,31	5,69	6,92	36,70	
70,71/11	Овощи соленые/свежие	60	8,46	0,48	0,06	4,02	
375,376/11	/11 Чай с сахаром		36,00	0,48	0,00	8,52	
ПР	Хлеб пшеничный йодир.	60	56,11	1,20	0,34	11,06	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	51,20	1,76	0,32	10,40	
	Итого за обед	800	787,78	24,46	25,35	100,63	
	1 неделя вторник						
No॒		Масса	Энерге	Пище	гвые веще	ства (г)	
рецептур	Прием пищи, наименование блюда	порц	т. ценн.	Б	Ж	y y	
	ОБЕД						
82/11	Борщ из св. капус с карт.	200	132,00	1,61	7,39	14,00	
234, 229/11	Котлета рыбная или рыба тушенная в томате с овощами	100	168,78	12,80	8,38	6,50	
302/11	Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая)	150	223,31	5,69	6,92	36,70	
45,47/11			64,00	1,02	3,00	15,07	
375,377/11	Чай с лимоном	200	37,44	0,54	0,02	8,88	
ПР	Хлеб пшеничный йодир.	50	105,21	3,56	0,45	21,71	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	51,20	1,76	0,32	10,40	
	Итого за обед	800	781,94	26,98	26,48	113,26	
	1 не,	целя сред	(a				
No॒		Macca	Энерге	Пищевые вещества (г		ства (г)	
рецептур	Прием пищи, наименование блюда	порц	т. ценн.	Б	Ж	У	
<u> </u>	ОБЕД						
101/11	Суп картофельный с крупой	200	98,60	1,60	2,17	9,69	
289/11	Рагу из птицы	200	302,00	15,97	19,11	28,57	
70,71/11	Овощи соленые/свежие	60	8,46	0,48	0,06	4,02	
349/11	Компот из смеси сухофруктов	200	146,69	1,04	0,27	25,00	
ПР	Хлеб пшеничный йодир.	45	105,21	3,56	0,45	21,71	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	24	51,20	1,76	0,32	10,40	
	Итого за обед	729	712,16	24,41	22,38	99,39	
		— , , , еля четво			,	1 - ,-,-	
No		Масса	Энерге	Пина	евые веще	cm8a (2)	
- 1 <u>-</u>	I	1,14004	_	manye	Joil beinge	cmou (c)	

	Прием пищи, наименование блюда	порц	т. ценн.	Б	Ж	У
	ОБЕД					
103/11	Суп картофельный с макарон. изд		94,60	4,95	6,27	23,95
	Котлеты, биточки, шницели с соусом 759/13		204,00	7,26	12,96	7,80
	Каша рассыпчатая (рисовая или гречневая)		245,09	8,92	5,60	39,87
Таб.32/13	Свекла отварная с маслом растительным		11,70	0,72	0,03	1,56
140.52/15	, 1		36,00	0,48	0,02	8,52
	Хлеб пшеничный йодир.		105,21	3,56	0,45	21,71
	Хлеб ржано-пшеничный		51,20	1,76	0,32	10,40
	Итого за обед	800	747,80	27,65	25,65	113,81
		ля пятні		,	,	
No॒	Педе		Энерге	Пищевые веществ		ства (г)
рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порц	т. ценн.	Б	Ж	У
	ОБЕД					
134/16	Суп рыбный	200	167,41	4,60	9,97	24,33
291/11	Плов из птицы	200	305,00	13,95	12,47	35,73
70,71/11	Овощи соленые/свежие	60	8,46	0,48	0,06	4,02
375,376/11	Чай с сахаром	200	36,00	0,48	0,02	8,52
ПР	Хлеб пшеничный йодир.	60	105,21	3,56	0,45	21,71
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	51,20	1,76	0,32	10,40
	Итого за обед	760	673,28	24,83	23,29	104,71
	2 неделя	понедел				
$N_{\underline{0}}$	Масса Энерге		Пищевые вещества (г)			
рецептур	Прием пищи, наименование блюда ОБЕ Д	порц	т. ценн.	Б	Ж	У
102/11	Суп картофельный с горохом	200	138,60	7,39	8,22	19,23
2.79/11	Тефтели 2-й вариант или полуфабрикат из мяса птицы с соусом 759/13	90	274,10	7,46	9,49	10,70
	Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая)	150	223,31	5,69	6,92	36,70
45,47/11	Салат из свежей или кваш капусты	60	64,00	1,02	2,00	15,07
	Чай с сахаром	200	40,00	0,53	0,02	9,47
115	Хлеб пшеничный йодир.	60	105,21	3,56	0,45	21,71
ПР	37				0.00	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	51,20	1,76	0,32	10,40
	Итого за обед	800	896,42	1,76 27,41	0,32 27,42	10,40 123,28
	Итого за обед	800 ля вторн	896,42 ик	27,41	27,42	123,28
	Итого за обед 2 неде	800	896,42	27,41 Пище	27,42 евые веще	123,28 ства (г)
ПР	Итого за обед	800 ля вторн	896,42 ик	27,41	27,42	123,28
ПР	Итого за обед 2 неде Прием пищи, наименование блюда	800 ля вторн <i>Масса</i>	896,42 ик Энерге	27,41 Пище	27,42 евые веще	123,28 ства (г)
ПР № рецептур	Итого за обед 2 неде Прием пищи, наименование блюда ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом	800 ля вторн Масса порц	896,42 ик Энерге т. ценн. 94,60	27,41 Пище Б 4,95	27,42 евые веще Ж 6,27	123,28 ства (г) У 23,95
ПР № рецептур 103/11 268/11	Итого за обед 2 неде Прием пищи, наименование блюда ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом 759/13	800 ля вторн Масса порц 200	896,42 ик Энерге т. ценн.	27,41 Пище	27,42 евые веще Ж	123,28 ства (г) У
ПР No рецептур 103/11 268/11	Итого за обед 2 неде Прием пищи, наименование блюда ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом 759/13 Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная,	800 ля вторн Масса порц 200 90	896,42 Энерге т. ценн. 94,60 204,00	27,41 Пище Б 4,95 7,26	27,42 евые веще Ж 6,27	123,28 ства (г) У 23,95 7,80
ПР № рецептур 103/11 268/11 302/11	Итого за обед 2 неде Прием пищи, наименование блюда ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом 759/13 Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная, ячневая, перловая)	800 ля вторн Масса порц 200 90	896,42 Уик <i>Энерге т. ценн.</i> 94,60 204,00 223,31	27,41 Пище Б 4,95 7,26 5,69	27,42 евые веще Ж 6,27 12,96 6,92	123,28 cmea (2) y 23,95 7,80 36,70
ПР № рецептур 103/11 268/11 302/11 70,71/11	Итого за обед 2 неде Прием пищи, наименование блюда ОБЕД Суп картофельный с макарон. изд Котлеты, биточки, шницели с соусом 759/13 Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная,	800 ля вторн Масса порц 200 90	896,42 Энерге т. ценн. 94,60 204,00	27,41 Пище Б 4,95 7,26	27,42 евые веще Ж 6,27	123,28 ства (г) У 23,95 7,80

ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	51,20	1,76	0,32	10,40	
	Итого за обед	800	724,22	24,24	27,00	113,46	
	2 неделя среда						
No		Масса	Энерге	г Пищевые вещества (г			
рецептур	Прием пищи, наименование блюда	порц	т. ценн.	Б	Ж	У	
	ОБЕД	200					
101/11	Суп картофельный с крупой		98,60	2,60	6,87	19,69	
290/11	Птица, тушенная в соусе		160,00	11,50	13,26	3,51	
202,309/11	Макаронные изд.отварные	150	205,41	5,53	6,02	36,02	
	Свекла отварная с маслом растительным	60	46,90	0,72	0,40	1,56	
375,376/11	Чай с сахаром	200	36,00	0,48	0,02	8,52	
ПР	Хлеб пшеничный йодир.		105,21	3,56	0,45	21,71	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	51,20	1,76	0,32	10,40	
	Итого за обед	800	703,32	26,15	27,34	101,41	
	2 неделя четверг						
No		Масса	Энерге	,	евые веще		
рецептур	Прием пищи, наименование блюда ОБ ЕД	порц	т. ценн.	Б	Ж	У	
96/11	Рассольник "Ленинградский"	200	116,44	2,61	4,07	13,80	
279/11	Тефтели 2-й вариант с соусом 759/13	90	274,10	7,46	9,49	10,70	
217/11	Каша рассыпчатая (пшенная, овсяная,	90	274,10	7,40	2,42	10,70	
302/11	ячневая, перловая)	150	223,31	5,69	6,92	36,70	
Таб.32/13	Икра кабачковая	60	57,00	1,60	2,20	4,20	
349/11	Компот из смеси сухофруктов	200	146,69	1,04	0,27	25,00	
ПР	Хлеб пшеничный йодир.	60	105,21	3,56	0,45	21,71	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	51,20	1,76	0,32	10,40	
111	Итого за обед	800	973,95	23,72	23,72	122,51	
	2 неделя пятница						
No		Масса	Энерге	Пищевые вещества (г)			
рецептур	Прием пищи, наименование блюда	порц	т. ценн.	Б	Ж	<i>y</i>	
F - ¬ J F	ОБЕД	<i>T</i> ''	,			<u> </u>	
82/11	Борщ из св. капус с карт.	200	132,00	3,61	7,39	14,00	
291/11	Плов из птицы	200	305,00	13,95	12,47	35,73	
45,47/11	Салат из свежей или кваш капусты	60	64,00	1,02	3,00	15,07	
349/11	Компот из смеси сухофруктов	200	168,34	1,16	0,30	28,00	
ПР	Хлеб пшеничный йодир.	60	62,34	1,89	0,23	9,65	
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	40	51,00	1,74	0,30	9,99	
	Итого за обед	760	782,68	23,37	23,69	112,44	

Меню составлено согласно:

-СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

-Сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях 2011г. под ред. Могильный М.П.,Тутельян В.А.

Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций 2016г. под редакцией В.Р.Кучма

-Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предриятий общественного питания 2013г. под редакцией Здобнов А.И., Цыганенко В.А.

-Методические рекомендации MP 2.4 0179-20 "Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций" Утверждены Главным государственным санитарным врачом РФ А.Ю.Поповой 18 мая 2020г.