

полужирный курсив"

малообеспеченные

01. 09. 2025г.

МЕНЮ - РАСКЛАДКА
на 12 дней для организации питания детей
в возрастных группах с 12 лет и старше в школьных образовательных учреждениях
по Урванскому муниципальному району

ЗАВТРАК

с 12 лет и старше 01.09.2025г.

(малообеспеченные) 61,20р							
№ Рец.	Наименование блюд	Выход (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценость (ккал)	Витамин (С) мг.
			Б	ж	у		
204	Макароны отварные с маслом и сыром	200	10,01	9,57	40,59	288,53	
62	Салат из моркови с маслом	100	1,23	5,09	11,47	96,61	
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,5	
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	
	Итого за завтрак	550	19,27	18,7	93,79	620,54	70
2 день (вторник)							
244	Плов из отварной говядины	200	20,4	19,1	32,5	383,5	
45	Салат из белокочанной капусты с маслом	100	1,4	5,06	9,01	87,18	
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	113,6	
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	
	Аскарбиновая кислота						70
	Итого за завтрак	550	25,91	24,82	93,54	701,18	70
3 день (среда)							
322/366	Котлеты рубленые из филе птицы с соусом (100/50)	150	16,65	7,32	19,04	208,64	
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,32	7,17	46,36	291,25	
52	Салат из свеклы с маслом	100	1,42	6,01	8,45	93,57	
376	Чай с сахаром	200	0,07	0	15,2	61,08	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	
							1

полужирный курсив"

	Аскарбиновая кислота						70
	Итого за завтрак	670	31,62	20,9	108,37	748,06	70
4 день (четверг)							
224	Запеканка из творога с морковью с молоком сгущен	220	24,64	22,34	58,57	533,9	
376	Чай с сахаром	200	0,07	0	15,2	61,08	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	
338	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
	Аскарбиновая кислота						70
	Итого за завтрак	560	28,27	23,14	102,89	732,9	70
5 день (пятница)							
234	Шницель рыбный с соусом (100/50)	150	14,4	10,94	12,04	204,22	
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,51	164,6	
376	Чай с сахаром	200	0,07	0	15,2	61,08	
45	Салат из белокочанной капусты с маслом	100	1,4	5,06	9,01	87,18	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	
	Аскарбиновая кислота						70
	Итого за завтрак	670	22,71	22,16	80,08	610,6	70
							2

полужирный курсив"

6 день (Суббота)							
245	Бефстроганов из отварной говядины	100	14,44	12,25	3,78	183,13	
303	Каша пшенная вязкая	200	5,33	5,64	36,44	217,84	
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	113,6	
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	
	Аскарбиновая кислота						70
	Итого за завтрак	550	23,88	18,55	92,25	631,47	70
7 день (понедельник)							
182	Каша молочная рисовая с маслом	250	6,87	6,77	39,66	247,05	
219	Сырники из творога с молоком сгущенным (50/10)	60	12,22	9,87	14,86	197,15	
376	Чай с сахаром	200	0,07	0	15,2	61,08	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	
	Аскарбиновая кислота						70
	Итого за завтрак	550	22,32	17,04	89,04	598,8	70
8 день (вторник)							
268	Котлеты мясные из говядины с соусом (100/50)	150	15,75	15,3	13,1	253,1	
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,32	7,17	46,36	291,25	
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	113,6	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	
							3

полужирный курсив"

[illegible]

11 день (пятница)							
234	Шницель рыбный с соусом (100/50)	150	14,4	10,94	12,04	204,22	
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,51	164,6	
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	113,6	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	
	Аскарбиновая кислота						70
	Итого за завтрак	570	21,4	17,26	83,75	575,94	70
12 день (суббота)							
182	Каша молочная рисовая с маслом	250	6,87	6,77	39,66	247,05	
209	Яйцо вареное	50	6,35	5,76	0,35	78,64	
376	Чай с сахаром	200	0,07	0	15,2	61,08	
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	8,25	0,13	75,09	
15	Сыр голландский (порциями)	15	4,02	4,42	0	55,86	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	
	Аскарбиновая кислота						70
	Итого за завтрак	565	20,55	25,6	74,66	611,24	70
	Итого за весь период		296,26	250,07	1116,03	7899,79	
	Среднее значение за период		24,68833	20,83917	93,0025	658,3158333	0,84
							5

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 500683265192151047131792809664553389447852737333

Владелец Маремуков Анзор Хачимович

Действителен с 29.07.2025 по 29.07.2026