

Директор



2.10.23

Меню приготавливаемых блюд для обеспечения питания обучающихся с 12 до 17 лет в общеобразовательных учреждениях
г. Выборга и Выборгского района Ленинградской области
Рекомендовано: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения

Наименование	Технологическая и нормативная документация/ сборник рецептур	№ рецептур или технологической карты	Цена	Выход в гр.	Пищевая ценность				Минеральные вещества				Витамины			
					Б	Ж	У	ЭЦ	Ca	Mg	Fe	P	В1	С	А	
Понедельник Первая неделя																
Завтрак																
Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным	2017	173		260	11,19	16,64	49,72	393,71	196,42	89,20	1,75	82,17	0,26	0,66	21,88	
Сыр (порциями)	2017	15		15	3,48	4,43	0,00	54,60	132,00	5,25	0,15	75,00	0,01	0,11	39,00	
Батон пшеничный в/с	к/к	к/к		60	4,74	0,60	28,98	140,28	13,80	19,80	0,66	52,20	0,10	0,00	0,00	
Чай с сахаром	2017	376		200	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	
Джем/Повидло	к/к	к/к		20	0,10	0,00	14,32	57,68	2,40	1,80	0,08	3,60	0,00	0,48	0,00	
Итого:				555	19,71	21,67	107,02	674,27	350,62	116,05	3,04	212,97	0,37	1,25	60,88	
Обед																
Суп картофельный с бобовыми	2017	102		250	5,49	5,28	16,33	134,75	38,08	35,30	2,03	87,18	0,08	5,81	0,00	
Кура отварная	2017	288		10	2,11	1,36	0,00	20,67	3,90	2,00	0,18	14,30	0,04	0,00	2,28	
Печень по-Строгановски	2017	255		100	13,26	11,23	3,52	185,00	38,24	17,47	4,74	239,32	0,20	4,12	366,51	
Греча отварная рассыпчатая	2017	302		200	9,95	7,48	47,76	307,27	17,31	43,33	5,27	144,67	0,13	0,00	0,03	
Томаты свежие порционно	2017	71		60	2,16	6,04	1,01	53,60	13,80	7,00	0,42	12,00	0,00	14,40	0,00	
Хлеб пшеничный	к/к	к/к		20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00	0,00	
Хлеб ржано-пшеничный	к/к	к/к		40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00	0,00	
Компот из смеси сухофруктов	2017	349		200	0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,00	0,18	3,60	0,01	1,08	0,00	
Итого:				880	36,83	32,03	122,80	934,21	131,53	121,70	14,28	560,87	0,58	25,41	368,82	
Итого за день:				125	1435,00	56,54	53,70	229,82	1608,48	482,15	237,76	17,32	773,84	0,95	26,66	429,69

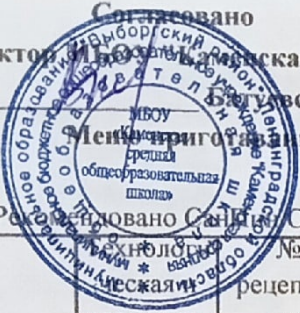
Заведующая производством

Т.О.

Кучерук Т.О.

Директор "Выборгская СОШ"

3.10.23



Согласовано
 Выборгская СОШ
 Выборгская О.В.

Меню на 10 дней на завтрак и на обед в виде списка предлагаемых блюд для обеспечения питания обучающихся с 12 до 17 лет в общеобразовательных учреждениях г. Выборга и Выборгского района Ленинградской области

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

Наименование	№ нормативная документация/сборник	рецептур или технологической карты	Цена	Выход в гр.	Пищевая ценность				Минеральные вещества				Витамины		
					Б	Ж	У	ЭЦ	Ca	Mg	Fe	P	В1	С	А
Вторник Первая неделя															
Завтрак															
Запеканка творожная с соусом молочным сладким № 327	2017	223/327		230	27,86	22,41	34,11	497,73	304,07	44,48	1,05	380,60	0,07	0,23	128,44
Батон пшеничный в/с	к/к	к/к		30,00	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	0,33	26,10	0,05	0,00	0,00
Напиток кофейный на молоке	2017	379		200	3,60	2,67	29,20	155,20	158,67	16,80	0,22	82,40	0,07	1,17	6,84
Яблоко	2017	338		100	0,80	5,50	4,30	67,10	17,30	3,90	0,20	21,20	0,00	1,80	0,00
Итого:				560	34,63	30,88	82,10	790,17	486,94	75,08	1,80	510,30	0,19	3,20	135,28
Обед															
Суп картофельный с макаронными изделиями	2017	112		250	2,69	2,84	17,14	104,75	24,60	27,00	1,09	26,65	0,11	8,25	22,80
Кура отварная	2017	288		10	2,11	1,36	0,00	20,67	3,90	2,00	0,18	14,30	0,04	0,00	2,28
Котлета рыбная (минтай) с соусом №326	2017	239/326		100	13,32	4,50	8,52	127,78	208,11	23,44	0,66	86,33	0,07	0,91	329,06
Рис отварной	2017	304		200	4,89	7,23	48,89	280,15	26,36	17,48	0,00	22,00	0,06	0,00	0,20
Салат витаминный (2 вариант)	2017	49		100	2,60	6,22	22,15	154,90	7,48	4,28	0,35	21,45	0,27	6,12	35,62
Чай с сахаром и лимоном	2017	377		200	0,13	0,02	10,25	41,68	14,05	2,4	0,38	4,4	0	2,83	0
Хлеб пшеничный	к/к	к/к		20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00	0,00
Хлеб ржано-пшеничный	к/к	к/к		40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00	0,00
Итого:				920	29,56	22,80	136,37	868,64	298,30	93,20	4,11	234,93	0,67	18,11	389,95
Итого за день:				125	1480	64,20	53,69	218,47	1658,81	785,24	168,29	745,24	0,86	21,31	525,23

Заведующая производством

Т.О.

Кучерук Т.О.

Директор МБОУ «Каменинская СОШ»

4.10.23

Батуевская О.В.



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

Наименование	ая и нормативная документация/сборник рецептов	№ рецептур или технологической карты	Цена	Выход в гр.	Пищевая ценность				Минеральные вещества				Витамины		
					Б	Ж	У	ЭЦ	Ca	Mg	Fe	P	В1	С	А
Среда Первая неделя															
Завтрак															
Каша молочная из риса и пшена «Дружба» с маслом сливочным	2017	175		260	12,93	13,76	51,13	380,10	196,36	33,06	0,93	194,75	0,15	1,49	114,33
Батон пшеничный в/с	к/к	к/к		60,00	4,74	0,60	28,98	140,28	13,80	19,80	0,66	52,20	0,10	0,00	0,00
Печенье затяжное	к/к	к/к		30	2,55	3,39	20,91	124,35	12,3	4,5	0,3	26,1	0,03	0	22,23
Напиток из плодов шиповника	2017	8		200	0,68	0,28	17,98	77,12	21,33	3,44	0,63	3,44	0,01	19,00	0,00
Итого:				550	20,89	18,02	119,00	721,85	243,80	60,80	2,52	276,50	0,29	20,49	136,56
Обед															
Борщ с капустой и картофелем	2017	82		250,00	1,82	4,91	12,74	102,50	44,38	10,96	0,54	42,42	0,04	6,54	0,00
Кура отварная	2017	288		10	2,11	1,36	0,00	20,67	3,90	2,00	0,18	14,30	0,04	0,00	2,28
Плов из птицы	2017	291		250	25,38	21,25	44,61	471,25	56,38	59,38	2,74	179,13	0,08	1,26	310,04
Салат из моркови с яблоками	2017	59		100	1,08	0,18	8,62	40,40	24,28	3,75	1,08	44,00	0,05	6,25	0,00
Чай с сахаром	2017	376		200	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный	к/к	к/к		20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00	0,00
Хлеб ржано-пшеничный	к/к	к/к		40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00	0,00
Итого:				870,00	34,41	28,34	109,39	801,54	148,74	92,69	6,40	339,65	0,33	14,05	312,32
Итого за день:			125	1420,00	55,30	46,36	228,39	1523,39	392,53	153,49	8,92	616,15	0,61	34,54	448,87

Заведующая производством Кучерук Т.О.

Согласовано
 Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная СОШ"

Меморандум для обеспечения питания обучающихся с 12 до 17 лет в общеобразовательных учреждениях
 г. Выборга и Выборгского района Ленинградской области

5.10.23

Рекомендовано СанПиН Сан.Эпид. 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения



Наименование	Технологическая нормативная документация/сборник рецептур	Рецептур или технологическая карты	Цена	Выход в гр.	Пищевая ценность				Минеральные вещества				Витамины		
					Б	Ж	У	ЭЦ	Ca	Mg	Fe	P	В1	С	А
Четверг Первая неделя															
Завтрак															
Каша молочная жидкая из манной крупы с маслом	2017	181		260	5,60	5,04	43,90	293,90	250,31	9,78	0,58	45,56	0,05	0,00	65,46
Бутерброд с сыром	2017	3		40	4,9	11,55	17,10	193	106,00	4,80	0,12	0,09	0,06	0,11	39,00
Чай с сахаром и лимоном	2017	377		200	0,13	0,02	10,25	41,68	14,05	2,4	0,38	4,4	0	2,83	0
Апельсин	2017	338		100	0,90	0,20	8,10	37,80	34,00	13,00	0,30	18,33	0,04	26,00	0,00
Итого:				600	11,53	16,81	79,35	566,38	404,36	29,98	1,38	68,38	0,15	28,94	104,46
Обед															
Суп из овощей	2017	99		250	2,10	7,48	11,69	122,96	32,14	28,78	0,09	86,84	0,14	8,50	0,00
Кура отварная	2017	288		10	2,11	1,36	0,00	20,67	3,90	2,00	0,18	14,30	0,04	0,00	2,28
Котлеты, биточки, шницели с соусом №332	2017	268/332		100	10,00	11,82	5,18	191,24	182,09	20,86	1,20	47,99	0,11	0,11	268,50
Картофель отварной с маслом растительным	2017	125		200	3,81	5,76	30,68	189,80	19,52	25,77	1,55	146,63	0,02	28,00	28,00
Салат из отварной свеклы	2017	52		100	1,43	6,08	8,37	93,90	35,15	20,90	1,33	40,97	0,02	3,42	0
Компот из свежих яблок	2017	342		200	0,20	0,20	22,30	110,00	12,00	0,00	0,80	2,40	0,02	0,00	0,00
Хлеб пшеничный	к/к	к/к		20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00	0,00
Хлеб ржано-пшеничный	к/к	к/к		40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00	0,00
Итого:				920	23,48	33,34	107,63	867,30	298,60	114,90	6,61	398,92	0,47	40,03	298,78
Итого за день:			125	1520	35,00	50,15	186,98	1433,68	702,95	144,88	7,99	467,30	0,61	68,97	403,24

Заведующая производством

[Handwritten signature]

Кучерук Т.О.

Директор МБОУ "СШ № 10" г. Выборга Ленинградской области



6.10.23

Бабушкина О.В.

Меню приготовления блюд для обеспечения питания обучающихся с 12 до 17 лет в общеобразовательных учреждениях

г. Выборга и Выборгского района Ленинградской области

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

Наименование	Год издания нормативной документации/сборник рецептов	№ рецептур или технологической карты	Цена	Выход в гр.	Пищевая ценность				Минеральные вещества				Витамины			
					Б	Ж	У	ЭЦ	Ca	Mg	Fe	P	В1	С	А	
Пятница Первая неделя																
Завтрак																
Каша молочная жидкая из гречневой крупы с маслом сливочным	2017	183		260	7,69	6,54	40,60	251,33	239,82	53,36	1,63	182,87	0,19	0,00	28,23	
Батон пшеничный в/с	к/к	к/к		60	4,74	0,60	28,98	140,28	13,80	19,80	0,66	52,20	0,10	0,00	0,00	
Какао на молоке	2017	382		200	3,52	3,72	25,49	145,20	122,00	14,00	0,56	39,00	0,04	1,30	0,01	
Джем/Повидло	к/к	к/к		30	0,15	0	21,48	86,52	3,6	2,7	0,12	5,4	0	0,72	0	
Итого:				550	16,10	10,86	116,55	623,33	379,22	89,86	2,97	279,47	0,33	2,02	28,24	
Обед																
Рассольник Ленинградский со сметаной	2017	96		260	3,07	6,19	17,43	138,10	26,20	25,65	0,97	71,26	0,10	7,47	0,00	
Кура отварная	2017	288		10	2,11	1,36	0,00	20,67	3,90	2,00	0,18	14,30	0,04	0,00	2,28	
Котлета рыбная (минтай) с соусом №326	2017	239/326		100	13,32	4,50	8,52	127,78	208,11	23,44	0,66	86,33	0,07	0,91	329,06	
Пюре картофельное	2017	312		200	4,08	6,40	27,27	183,00	49,31	37,00	1,35	75,47	0,14	12,49	34,00	
Салат из квашеной капусты	2017	47		100	1,72	5,02	8,50	86,03	52,45	16,08	0,67	34,08	0,02	19,88	0,00	
Чай с сахаром	2017	376		200	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	
Хлеб пшеничный	к/к	к/к		20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00	0,00	
Хлеб ржано-пшеничный	к/к	к/к		40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00	0,00	
Итого:				930	28,32	24,11	105,14	722,30	359,77	120,78	5,67	341,25	0,48	40,75	365,34	
Итого за день:				125	1480	44,42	34,96	221,69	1345,63	738,98	210,64	8,65	620,71	0,81	42,77	393,58

Заведующая производством

Кур

Кучерук Т.О.