

УТВЕРЖДЕНО
приказом Директора
от 30.05.2025 № 229-ОД

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тическая ценность, ккал	№ рецептуры
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	250	29,00	23,00	55,50	545,00	233
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	2,50	15,00	82,50	430
	АПЕЛЬСИН	100	0,00	0,10	8,10	33,30	
Итого за завтрак		550	29,00	25,60	78,60	660,80	
Обед	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	100	4,10	7,30	10,30	123,30	45
	СУП С БОБОВЫМИ(ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	6,60	1,80	24,90	142,20	119
	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	2,90	2,50	45,60	216,50	181
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	17,60	17,00	1,20	228,20	314
	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	0,30	0,00	32,00	129,20	346
Итого за обед		880	33,00	28,60	131,05	913,60	
Итого за день		1430	62,00	54,20	209,65	1 574,40	
День 2							
Завтрак	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,20	0,00	1,40	6,40	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	20,70	23,30	35,60	434,90	311
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,11	0,00	24,90	100,04	377
Итого за завтрак		560	22,51	23,30	78,95	615,54	
Обед	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	100	0,60	3,26	12,30	80,94	25
	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	250	6,60	3,00	26,20	158,20	93
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	3,85	3,73	29,10	165,37	209
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	100	24,30	17,80	11,00	301,40	289
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,20	0,00	29,40	118,40	342
Итого за обед		880	37,05	27,79	125,05	898,51	
Итого за день		1440	59,56	51,09	204,00	1 514,05	

День 3									
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	10,70	8,50	22,50	209,30	112		
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,50	5,50	29,40	189,10	382		
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	7,20	12,60	4,74	161,16	14		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	1,50	0,00	17,05	74,20			
Итого за завтрак		550	24,90	26,60	73,69	633,76			
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	100	0,30	7,70	9,80	109,70	41		
	БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	3,30	6,30	28,15	182,50	81		
	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	250	21,15	12,40	36,60	342,60	235		
	НАПИТОК ИЗ СУХИХ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,75	0,00	33,20	135,80	388		
Итого за обед		850	27,00	26,40	124,80	844,80			
Итого за день		1400	51,90	53,00	198,49	1 478,56			
День 4									
Завтрак	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	6,00	10,80	36,20	266,00	335		
	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	120	13,40	29,30	3,50	331,30	254		
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,11	0,00	24,90	100,04	377		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,50	0,00	17,05	74,20			
Итого за завтрак		550	21,01	40,10	81,65	771,54			
Обед	САЛАТ "ЦАДА"	100	5,00	7,60	15,80	151,60	687		
	РАССОЛЫНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	2,70	1,30	12,50	72,50	74		
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	3,80	3,50	45,90	230,30	323		
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	13,10	10,90	16,30	215,70	255		
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	22,00	88,00	349		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,50	0,00	17,05	74,20			
Итого за обед		880	26,10	23,30	129,55	832,30			
Итого за день		1430	47,11	63,40	211,20	1 603,84			
День 5									
Завтрак	ЯИЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,00	4,50	0,30	61,70	209		
	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	250	4,70	6,00	38,30	226,00	184		
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	70	8,90	10,10	26,80	233,70	3		
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,10	3,00	39,60	197,80	379		
Итого за завтрак		560	21,70	23,60	105,00	719,20			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	100	2,60	8,30	8,10	117,50	31		
	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250	6,40	3,40	9,80	95,40	91		
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,30	14,90	30,30	304,50	258		
	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	0,30	0,00	32,00	129,20	399		
		80	5,92	0,48	38,94	183,76			
Итого за обед		830	27,52	27,08	119,14	830,36			
Итого за день		1390	49,22	50,68	224,14	1 549,56			

[illegible]

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
от 30.05.2025 № 229-од

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

Взрослая категория 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	200	19,30	17,30	56,50	458,90	223
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	2,50	15,00	82,50	430
	АПЕЛЬСИН	100	0,00	0,00	8,10	32,40	
Итого за завтрак		500	19,30	19,80	79,60	573,80	
Обед	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	60	3,00	9,30	5,80	118,90	45
	СУП С БОБОВЫМИ(ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,00	4,00	21,20	140,80	119
	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	2,00	3,20	38,10	189,20	181
	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	10,70	11,00	8,20	174,60	314
	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,30	0,00	20,89	84,76	346
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,50	0,00	17,05	74,20	
Итого за обед	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,65	0,35	16,96	81,59	
		760	25,15	27,85	128,20	864,05	
Итого за день		1260	44,45	47,65	207,80	1 437,85	
День 2							
Завтрак	ОГУРЕЦ СОПЕНЫЙ	50	0,40	0,10	0,90	6,10	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	19,01	19,50	38,25	404,54	311
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,11	0,00	24,90	100,04	377
Итого за завтрак	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,50	0,00	21,30	91,20	
		500	21,02	19,60	85,35	601,88	
Обед	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0,10	2,70	7,00	52,70	25
	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	200	3,10	7,00	20,50	157,40	93
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,80	4,40	32,80	190,00	209
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	90	15,60	9,20	3,00	157,20	289
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,20	0,00	20,00	80,80	342
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,50	0,00	17,05	74,20	
Итого за обед		730	25,30	23,30	100,35	712,30	
Итого за день		1230	46,32	42,90	185,70	1 314,18	
День 3							

Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	8,10	7,00	32,70	226,20	112
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,50	5,50	29,40	189,10	382
	МАСЛО (ТОРЦИЯМИ)	10	3,60	6,30	2,37	80,58	14
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,90	0,20	19,47	91,28	
Итого за завтрак		500	20,10	19,00	83,94	587,16	
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,80	4,70	7,00	73,50	41
	БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,30	3,10	21,00	133,10	81
	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	200	15,10	19,00	37,00	379,40	235
	НАПИТОК ИЗ СУХИХ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,75	0,00	33,20	135,80	388
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,50	0,00	17,05	74,20	
Итого за обед		710	23,45	26,80	115,25	796,00	
Итого за день		1210	43,55	45,80	199,19	1 383,16	
День 4							
Завтрак	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	6,00	10,80	36,20	266,00	335
	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100	11,25	9,00	3,20	138,80	254
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,11	0,00	24,90	100,04	377
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,50	0,00	17,05	74,20	
Итого за завтрак		500	18,86	19,80	81,35	579,04	
Обед	САЛАТ "ЦАДА"	60	4,00	2,70	7,60	70,70	687
	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	4,30	4,00	13,27	106,28	74
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	4,00	9,00	28,20	209,80	323
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	10,70	10,00	22,20	221,60	255
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	13,00	52,00	349
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,50	0,00	17,05	74,20	
Итого за обед		730	24,50	25,70	101,32	734,58	
Итого за день		1230	43,36	45,50	182,67	1 313,62	
День 5							
Завтрак	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,00	4,50	0,30	61,70	209
	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	200	6,60	9,05	24,40	205,45	184
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	7,10	4,75	27,20	179,95	3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,10	3,00	39,60	197,80	379
Итого за завтрак		500	21,80	21,30	91,50	644,90	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	2,80	2,70	5,00	55,50	31
	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,10	5,60	9,00	98,80	91
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	14,50	14,60	37,15	338,00	258
	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,30	0,00	22,00	89,20	399
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,50	0,00	17,05	74,20	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,65	0,35	16,96	81,59	
Итого за обед		700	24,85	23,25	107,16	737,29	
Итого за день		1200	46,65	44,55	198,66	1 382,19	

Неделя 2												
День 6												
Завтрак		КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ВЯЗАКА	180	8,30	3,00	29,10	176,60	184				
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	7,30	13,00	23,00	238,20	3				
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,50	3,80	19,40	125,80	433				
		АПЕЛЬСИН	100	0,90	0,00	8,10	36,00					
Итого за завтрак			510	20,00	19,80	79,60	576,60					
Обед		САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	3,90	4,60	8,80	92,20	30				
		СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ)	200	6,10	8,20	20,00	178,20	110				
		ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	180	12,00	13,00	10,00	205,00	262				
		КИСЕЛЬ ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	180	0,00	0,00	40,40	161,60	411				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,50	0,00	17,05	74,20					
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,65	0,35	16,96	81,59					
Итого за обед			700	26,15	26,15	113,21	792,79					
Итого за день			1210	46,15	45,95	192,81	1369,39					
День 7												
Завтрак		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	6,00	10,80	36,20	266,00	335				
		РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	90	11,10	8,90	10,30	165,70	238				
		НАПИТОК ИЗ ФРУКТОВ ШИПОВНИКА	200	0,70	0,00	15,67	65,48	388				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,50	0,00	17,05	74,20					
Итого за завтрак			500	19,30	19,70	79,22	571,38					
Обед		ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,80	0,70	7,30	38,70	51				
		СОЛЯНКА ДОМАШНЯЯ СО СМЕТАНОЙ	200	4,10	8,70	17,80	165,90	198				
		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ	150	6,05	3,70	25,10	157,90	271				
		КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	10,90	14,80	5,80	200,00	440				
		НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,80	0,10	22,40	93,70					
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,50	0,00	17,05	74,20					
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,65	0,35	16,96	81,59					
Итого за обед			760	26,80	28,35	112,41	811,99					
Итого за день			1260	46,10	48,05	191,63	1383,37					
День 8												
Завтрак		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,00	4,50	0,30	61,70	209				
		МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	200	11,05	14,00	44,40	347,80	211				
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,10	3,00	39,60	197,80	379				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	1,50	0,00	17,05	74,20					
Итого за завтрак			500	20,65	21,50	101,35	681,50					
Обед		САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	60	0,70	0,10	16,60	70,10	41				
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПой НА МЯСНОМ	200	2,80	5,90	20,30	145,50	98				
		РАТУ ИЗ ПТИЦЫ	200	11,90	17,36	37,20	352,64	289				
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,01	0,00	27,40	109,64	394				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	1,50	0,00	17,05	74,20					
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,65	0,35	16,96	81,59					
Итого за обед			740	19,56	23,71	135,51	833,67					
Итого за день			1240	40,21	45,21	236,86	1515,17					

[illegible]