



Согласовано

Директор МБОУ-СОШ № 55

Л.В. Шаерман



Утверждаю директор

ООО «Комбинат общественного питания»

О.Ю. Козырева

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ Г. ЕКАТЕРИНБУРГ
НА ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ 2023-2024 УЧЕБНОГО ГОДА
за счет средств родительской платы одноразовое питание (обед)
5-11 КЛАСС суп**

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,69р суп

Неделя: 1

День: понедельник

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|----------------------|--|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Обед | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250 | 3,79 | 7 | 17,34 | 147,5 | 1 021 | 9,89 |
| Итого за Обед | | 250 | 3,79 | 7 | 17,34 | 147,5 | | 9,89 |
| Итого за день | | 250 | 3,79 | 7 | 17,34 | 147,5 | | 9,89 |

(лист 2)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,69р суп

Неделя: 1

День: вторник

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|----------------------|----------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Обед | Суп-пюре овощной | 250 | 2,53 | 5 | 15,78 | 147,5 | 1 016 | 7,95 |
| | Гренки из пшеничного хлеба | 15 | 1,94 | | 11,71 | 60 | 943 | 1,28 |
| Итого за Обед | | 265 | 4,47 | 5 | 27,49 | 207,5 | | 9,23 |
| Итого за день | | 265 | 4,47 | 5 | 27,49 | 207,5 | | 9,23 |

(лист 3)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,69р суп

Неделя: 1

День: среда

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|----------------------|------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|-------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Обед | Суп картофельный со сметаной | 250 | 2,68 | 4 | 20,28 | 130,2 | 84 | 10,75 |
| | Мясо птицы отварное | 10 | 2,38 | 2 | 0,1 | 24,5 | 826 | 2,92 |
| Итого за Обед | | 260 | 5,06 | 6 | 20,38 | 154,7 | | 13,67 |
| Итого за день | | 260 | 5,06 | 6 | 20,38 | 154,7 | | 13,67 |

(лист 4)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,69р суп

Неделя: 1

День: четверг

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|----------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Обед | Рассольник ленинградский со сметаной | 250 | 2,64 | 6 | 18,77 | 148,7 | 1 030 | 8,55 |
| Итого за Обед | | 250 | 2,64 | 6 | 18,77 | 148,7 | | 8,55 |
| Итого за день | | 250 | 2,64 | 6 | 18,77 | 148,7 | | 8,55 |

(лист 5)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,69р суп

Неделя: 1

День: пятница

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|----------------------|-----------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 5,88 | 6 | 21,48 | 156,6 | 139 | 5,99 |
| Итого за Обед | | 250 | 5,88 | 6 | 21,48 | 156,6 | | 5,99 |
| Итого за день | | 250 | 5,88 | 6 | 21,48 | 156,6 | | 5,99 |

(лист 6)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,69р суп

Неделя: 2

День: понедельник

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|----------------------|-----------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Обед | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,51 | 5 | 15,22 | 119,1 | 1 014 | 5,04 |
| Итого за Обед | | 250 | 2,51 | 5 | 15,22 | 119,1 | | 5,04 |
| Итого за день | | 250 | 2,51 | 5 | 15,22 | 119,1 | | 5,04 |

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,69р суп

Неделя: 2

День: вторник

(лист 7)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|----------------------|--------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Обед | Суп из овощей | 250 | 1,91 | 4 | 11,17 | 90,4 | 1 165 | 8,31 |
| Итого за Обед | | 250 | 1,91 | 4 | 11,17 | 90,4 | | 8,31 |
| Итого за день | | 250 | 1,91 | 4 | 11,17 | 90,4 | | 8,31 |

(лист 8)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,69р суп

Неделя: 2

День: среда

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|----------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Обед | Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной | 250 | 2,15 | 6 | 10,56 | 109,4 | 1 048 | 8,7 |
| Итого за Обед | | 250 | 2,15 | 6 | 10,56 | 109,4 | | 8,7 |
| Итого за день | | 250 | 2,15 | 6 | 10,56 | 109,4 | | 8,7 |

(лист 9)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,69р суп

Неделя: 2

День: четверг

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|----------------------|------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|-------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Обед | Солянка домашняя со сметаной | 250 | 5,73 | 13 | 9,54 | 184,4 | 157 | 16,13 |
| Итого за Обед | | 250 | 5,73 | 13 | 9,54 | 184,4 | | 16,13 |
| Итого за день | | 250 | 5,73 | 13 | 9,54 | 184,4 | | 16,13 |

(лист 10)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 26,69р суп

Неделя: 2

День: пятница

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|-----------------------------------|-------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Обед | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 250 | 2,97 | 7 | 16,43 | 137 | 1 058 | 8,55 |
| Итого за Обед | | 250 | 2,97 | 7 | 16,43 | 137 | | 8,55 |
| Итого за день | | 250 | 2,97 | 7 | 16,43 | 137 | | 8,55 |
| Итого за период | | 2 525 | 37,11 | 65 | 168,38 | 1455,3 | | |
| Среднее значение за период | | 252,5 | 3,7 | 6,5 | 16,8 | 145,5 | | |

Составил _____ Левадная О

Утвердил _____