Согласовано

Директор ГБОУ СЛИ №2 им. В.И. Ленина

_____Галимуллин С.Ф.

Примерное циклическое меню на 14 дней для обучающихся ГБОУ СЛИ №2 им. В.И. Ленина в возрасте с 11 лет и старше на весенний период (2024 – 2025 учебный год)

Утверждаю:
Руководитель учереждения Галимуллин С.Ф

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Школа11-18 ГБОУ СЛИ 2

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5		**0**	**0**	**0**	**0**	
1 ЗАВТРАК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Бутерброд с сыром	65	3,95	3,99	0,00	51,69	3/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	ИТОГО ЗА 1 ЗАВТРАК	**265**	**4**	**4**	**10**	**92**	
2 ЗАВТРАК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Каша пшенная молочная жидкая	205	7,57	8,18	36,41	249,48	198/1
	Кофейный напиток на молоке	200	3,17	3,25	15,96	105,77	286/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК	**455**	**15**	**12**	**77**	**472**	
ОБЕД			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,38	8,08	8,10	110,66	24/1
	Суп - лапша домашняя	250	3,03	4,48	15,74	115,31	65/1
	Рагу овощное с мясом	250	21,34	25,53	26,74	422,18	120/1
	Компот из ягодной смеси	200	0,00	0,00	14,97	59,88	15/0
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**900**	**33**	**39**	**110**	**923**	
ПОЛДНИК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Сок	1	0,01	0,00	0,10	0,43	
	Злаковый батончик	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**2**	**0**	**0**	**0**	**0**	
УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Плов куриный	200	0,49	9,02	2,21	91,95	120605/
	Чай с сахаром	100	0,00	0,00	5,00	20,00	160105/
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	**350**	**4**	**9**	**32**	**229**	
2 УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Слойка с кунжутом	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 2 УЖИН	**151**	**4**	**4**	**16**	**115**	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	**2123**	**59**	**68**	**245**	**1831**	

Расчетная дата 20.03.25

Утверждаю:
Руководитель учереждения Галимуллин С.Ф

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Школа11-18 ГБОУ СЛИ 2

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	[illegible]		**0**	**0**	**0**	**0**	
1 ЗАВТРАК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Бутерброд с маслом	60	0,08	7,25	0,13	66,09	1/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	ИТОГО ЗА 1 ЗАВТРАК	**260**	**0**	**7**	**10**	**106**	
2 ЗАВТРАК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Каша "Геркулес" молочная вязкая	205	8,29	9,50	36,86	266,00	184/1
	Какао с молоком	200	3,39	3,50	14,88	104,58	288/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК	**455**	**15**	**13**	**76**	**488**	
ОБЕД			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Капуста тушеная	100	2,01	2,41	9,92	69,39	135/1
	Суп из овощей	250	2,07	2,25	11,44	74,24	66/1
	Биточки рубленные из птицы (паровые)	100	1,80	2,48	8,95	65,25	131/1
	Каша гречневая рассыпчатая	185	10,88	6,47	49,18	298,36	175/1
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15	0,24	20,01	86,74	292/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**935**	**25**	**15**	**144**	**809**	
ПОЛДНИК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Сок	1	0,01	0,00	0,10	0,43	
	Школьное пирожное	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Банан	200	3,00	0,20	38,40	167,40	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**202**	**3**	**0**	**39**	**168**	
УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Котлеты или биточки рыбные	70	11,78	10,52	11,96	189,57	82/1
	Картофельное пюре	180	3,94	5,87	26,50	174,50	141/1
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,21	41,15	284/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	**500**	**20**	**17**	**73**	**522**	
2 УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Йогурт питьевой	150	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Круассан	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 2 УЖИН	**151**	**0**	**0**	**0**	**0**	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	**2503**	**63**	**52**	**342**	**2093**	

Расчетная дата 20.03.25

Утверждаю:
Руководитель учереждения Галимуллин С.Ф

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Школа11-18 ГБОУ СЛИ 2

Приложение №
к СанПиН 2.3/2.4.3590-2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ		0	0	0	0	
1 ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Бутерброд с маслом	60	0,08	7,25	0,13	66,09	1/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	ИТОГО ЗА 1 ЗАВТРАК	**260**	**0**	**7**	**10**	**106**	
2 ЗАВТРАК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Каша "Артек" молочная вязкая	205	8,32	7,30	43,82	274,24	187/1
	Какао с молоком	200	3,39	3,50	14,88	104,58	288/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК	**455**	**16**	**11**	**83**	**496**	
ОБЕД			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Салат "Студенческий"	100	3,71	12,13	8,86	159,46	39/1
	Рассольник ленинградский	258	2,55	7,40	17,30	145,80	53/1
	Фрикадельки из кур	75	1,37	4,26	6,28	68,89	130/1
	Пюре гороховое	155	17,29	4,83	36,15	257,15	170/1
	Компот из смеси кураги	200	1,04	0,06	30,16	125,34	292/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**888**	**33**	**30**	**143**	**971**	
ПОЛДНИК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Сок	1	0,01	0,00	0,10	0,43	
	Запеканка из творога	120	23,37	8,11	35,15	307,01	227/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**121**	**23**	**8**	**35**	**307**	
УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Жаркое по-домашнему	220	21,32	22,50	21,14	372,39	95/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	**470**	**25**	**23**	**56**	**530**	
2 УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Йогурт питьевой	150	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Круассан	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 2 УЖИН	**151**	**0**	**0**	**0**	**0**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**2345**	**97**	**79**	**328**	**2410**	

Расчетная дата 20.03.25

Утверждаю:

Руководитель учереждения Галимуллин С.Ф

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Школа11-18 ГБОУ СЛИ 2

Приложение к СанПиН 2.3/2.4.359

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2						
1 ЗАВТРАК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Бутерброд с сыром		**0**	**0**	**0**	**0**	
	Чай с сахаром	65	3,95	3,99	0,00	51,69	3/1
	ИТОГО ЗА 1 ЗАВТРАК	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
2 ЗАВТРАК		**265**	**4**	**4**	**10**	**92**	
	Каша манная молочная жидкая		**0**	**0**	**0**	**0**	
	Кофейный напиток на молоке	205	6,28	7,30	31,89	218,28	194/1
	Хлеб пшеничный	200	3,17	3,25	15,96	105,77	286/1
	ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
ОБЕД		**455**	**13**	**11**	**72**	**441**	
	Маринад овощной без томата		**0**	**0**	**0**	**0**	
	Свекольник	100	1,26	10,10	10,86	139,37	50/1
	Куры отварные	258	2,45	7,28	16,59	141,58	67/1
	Картофельное пюре	70	0,04	0,01	0,25	1,21	128/1
	Компот из смеси сухофруктов	180	3,94	5,87	26,50	174,50	141/1
	Хлеб пшеничный	200	1,15	0,24	20,01	86,74	292/1
	Хлеб ржаной	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	50	3,05	0,60	19,95	97,40	
ПОЛДНИК		**908**	**16**	**25**	**119**	**758**	
	Сок		**0**	**0**	**0**	**0**	
	Двойная радость	1	0,01	0,00	0,10	0,43	
	Яблоко	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	0,80	0,80	19,60	88,80	
УЖИН		**202**	**1**	**1**	**20**	**89**	
	Плов мясной		**0**	**0**	**0**	**0**	
	Чай с конфетами	200	18,38	24,38	2,33	302,22	120550/
	Хлеб пшеничный	200	0,75	3,60	40,92	199,07	281/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
2 УЖИН		**450**	**23**	**28**	**68**	**618**	
	Снежок		**0**	**0**	**0**	**0**	
	Слойка с кунжутом	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	ИТОГО ЗА 2 УЖИН	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	**151**	**4**	**4**	**16**	**115**	
		2431	**61**	**72**	**305**	**2113**	

Расчетная дата 20.03.25

Утверждаю:
Руководитель учереждения Галимуллин С.Ф

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Школа11-18 ГБОУ СЛИ 2

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ - ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
1 ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Бутерброд с маслом	60	0,08	7,25	0,13	66,09	1/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	ИТОГО ЗА 1 ЗАВТРАК	**260**	**0**	**7**	**10**	**106**	
2 ЗАВТРАК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Омлет натуральный	160	16,01	19,76	2,87	253,36	222/1
	Какао с молоком	200	3,39	3,50	14,88	104,58	288/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК	**410**	**23**	**24**	**42**	**475**	
ОБЕД			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Салат "Здоровье"	100	1,48	5,09	7,28	80,89	33/1
	Суп картофельный с крупой	250	2,98	3,47	22,44	132,87	60/1
	Котлеты мясные рубленые, запеченные	100	10,59	8,14	8,36	149,05	120535/
	Компот из ягодной смеси	200	0,00	0,00	14,97	59,88	15/0
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	
	Макароные изделия отварные	185	7,09	5,18	45,20	255,78	215/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**935**	**29**	**23**	**143**	**893**	
ПОЛДНИК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Сок	1	0,01	0,00	0,10	0,43	
	Пицца "Детская"	100	12,38	13,85	30,62	296,59	260/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**101**	**12**	**14**	**31**	**297**	
УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Пельмени с соусом	200	0,36	0,00	1,20	6,28	/0
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	**450**	**4**	**0**	**36**	**163**	
2 УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Йогурт питьевой	150	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Круассан	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 2 УЖИН	**151**	**0**	**0**	**0**	**0**	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	**2307**	**69**	**68**	**262**	**1935**	

Расчетная дата 20.03.25

Утверждаю:
Руководитель учереждения Галимуллин С.Ф

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Школа11-18 ГБОУ СЛИ 2

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4		**0**	**0**	**0**	**0**	
1 ЗАВТРАК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Бутерброд с сыром	65	3,95	3,99	0,00	51,69	3/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	ИТОГО ЗА 1 ЗАВТРАК	**265**	**4**	**4**	**10**	**92**	
2 ЗАВТРАК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Каша молочная "Дружба"	205	6,45	7,75	35,04	235,61	200/1
	Кофейный напиток на молоке	200	3,17	3,25	15,96	105,77	286/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК	**455**	**13**	**11**	**76**	**459**	
ОБЕД			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Салат "Степной"	100	1,42	4,38	8,12	77,56	38/1
	Уха с крупой	270	7,95	10,03	16,56	188,25	70/1
	Бефстроганов	100	19,30	21,25	2,96	280,20	90/1
	Каша гречневая рассыпчатая	185	10,88	6,47	49,18	298,36	175/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	
	Кисель из концентрата	200	0,11	0,07	11,60	47,48	300/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**955**	**47**	**43**	**133**	**1106**	
ПОЛДНИК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Сок	1	0,01	0,00	0,10	0,43	
	Вафли мягкие	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**2**	**0**	**0**	**0**	**0**	
УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Тефтели из говядины	100	11,94	17,84	13,36	261,57	102/1
	Рагу из овощей	200	3,51	11,29	21,75	202,61	153/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	**550**	**19**	**30**	**70**	**621**	
2 УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Слойка с кунжутом	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 2 УЖИН	**151**	**4**	**4**	**16**	**115**	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	**2378**	**87**	**92**	**305**	**2393**	

Расчетная дата 20.03.25

Утверждаю:
Руководитель учереждения Галимуллин С.Ф

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Школа11-18 ГБОУ СЛИ 2

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
1 ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	12/1
	Каша рисовая молочная вязкая	205	5,97	7,22	42,24	257,78	183/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	Батон нарезной	50	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 1 ЗАВТРАК	**456**	**11**	**12**	**53**	**361**	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Огурец соленый дольками	60	0,48	0,06	1,02	6,54	-
	Суп картофельный с макаронными изде	250	2,89	2,64	20,83	118,59	58/1
	Куриные нагетцы	70	3,49	7,87	8,39	118,28	/0
	Овощи запеченые	180	4,19	5,83	33,83	204,48	130111/
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15	0,24	20,01	86,74	292/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**860**	**19**	**18**	**129**	**749**	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Сок	1	0,01	0,00	0,10	0,43	
	Вафли	1	0,03	0,03	0,77	3,50	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**2**	**0**	**0**	**1**	**4**	
УЖИН			0	0	0	0	
	Азу	120	21,06	26,65	3,05	336,33	92/1
	Каша перловая рассыпчатая	185	5,62	4,29	40,21	221,87	176/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	**355**	**30**	**31**	**68**	**675**	
2 УЖИН			0	0	0	0	
	Йогурт питьевой	150	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Круассан	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 2 УЖИН	**151**	**0**	**0**	**0**	**0**	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	**1824**	**61**	**61**	**250**	**1789**	

Расчетная дата 20.03.25

Утверждаю:
Руководитель учереждения Галимуллин С.Ф

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Школа11-18 ГБОУ СЛИ 2

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ - ДЕНЬ 1		0	0	0	0	
1 ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Бутерброд с маслом	60	0,08	7,25	0,13	66,09	1/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	ИТОГО ЗА 1 ЗАВТРАК	**260**	**0**	**7**	**10**	**106**	
2 ЗАВТРАК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Каша манная молочная жидкая	205	6,28	7,30	31,89	218,28	194/1
	Кофейный напиток на молоке	200	3,17	3,25	15,96	105,77	286/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК	**455**	**13**	**11**	**72**	**441**	
ОБЕД			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Винегрет овощной	100	1,40	2,69	8,04	61,76	41/1
	Щи из свеж. капусты с картофелем	258	1,85	7,15	9,01	107,75	52/1
	Плов куриный	250	0,62	11,02	2,81	112,97	120605/
	Компот из ягодной смеси	200	0,00	0,00	14,97	59,88	15/0
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**908**	**11**	**22**	**79**	**557**	
ПОЛДНИК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Сок	1	0,01	0,00	0,10	0,43	
	Ватрушка "Французская"	100	11,40	13,07	48,55	357,32	262/1
	Банан	200	3,00	0,20	38,40	167,40	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**301**	**14**	**13**	**87**	**525**	
УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Котлеты, биточки, шницели	60	10,16	11,82	10,12	187,39	96/1
	Макароные изделия отварные	185	7,09	5,18	45,20	255,78	215/1
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,21	41,15	284/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	**495**	**21**	**17**	**90**	**602**	
2 УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Йогурт питьевой	150	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Круассан	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 2 УЖИН	**151**	**0**	**0**	**0**	**0**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**2570**	**60**	**71**	**339**	**2231**	

Расчетная дата 20.03.25

Утверждаю:
Руководитель учереждения Галимуллин С.Ф

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Школа11-18 ГБОУ СЛИ 2

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
1 ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Бутерброд с сыром	65	3,95	3,99	0,00	51,69	3/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	ИТОГО ЗА 1 ЗАВТРАК	**265**	**4**	**4**	**10**	**92**	
2 ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша "Геркулес" молочная вязкая	205	8,29	9,50	36,86	266,00	184/1
	Какао с молоком	200	3,39	3,50	14,88	104,58	288/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК	**455**	**15**	**13**	**76**	**488**	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Свекла отварная	100	1,53	0,10	8,98	42,94	562/1
	Рассольник ленинградский	208	2,04	5,91	13,83	116,63	53/1
	Фрикадельки мясные паровые собствен	100	15,85	12,20	12,30	222,40	120540/
	Пюре картофельное	180	3,95	5,25	25,86	166,42	130101/
	Компот из ягодной смеси	200	0,00	0,00	14,97	59,88	15/0
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**888**	**30**	**24**	**120**	**823**	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Сок	1	0,01	0,00	0,10	0,43	
	Печенье	1	0,06	0,17	0,69	4,51	
	Шоколад	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**3**	**0**	**0**	**1**	**5**	
УЖИН			0	0	0	0	
	Биточки рубленные куриные	100	2,48	2,84	13,24	88,42	120611/
	Рис отварной	180	4,45	4,26	46,69	242,84	130301/
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,01	160105/
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	**530**	**11**	**8**	**95**	**488**	
2 УЖИН			0	0	0	0	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Слойка с кунжутом	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 2 УЖИН	**151**	**4**	**4**	**16**	**115**	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	**2292**	**65**	**53**	**318**	**2010**	

Расчетная дата 20.03.25

Утверждаю:
Руководитель учереждения Галимуллин С.Ф

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Школа11-18 ГБОУ СЛИ 2

Приложение №
к СанПиН 2.3/2.4.3590-2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3		**0**	**0**	**0**	**0**	
1 ЗАВТРАК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Бутерброд с маслом	60	0,08	7,25	0,13	66,09	1/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	ИТОГО ЗА 1 ЗАВТРАК	**260**	**0**	**7**	**10**	**106**	
2 ЗАВТРАК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Каша молочная "Дружба"	205	6,45	7,75	35,04	235,61	200/1
	Кофейный напиток на молоке	200	3,17	3,25	15,96	105,77	286/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК	**455**	**13**	**11**	**76**	**459**	
ОБЕД			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Салат "Мазайка"	100	1,32	8,21	8,33	112,47	35/1
	Борщ с капустой и картофелем	258	1,95	6,15	12,37	112,58	55/1
	Котлеты, биточки, шницели	77	11,75	13,72	11,87	217,92	96/1
	Каша перловая рассыпчатая	185	5,62	4,29	40,21	221,87	176/1
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15	0,24	20,01	86,74	292/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**920**	**29**	**34**	**137**	**966**	
ПОЛДНИК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Сок	1	0,01	0,00	0,10	0,43	
	Турбинка	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**2**	**0**	**0**	**0**	**0**	
УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Котлеты или биточки рыбные	75	12,57	10,85	13,17	200,70	82/1
	Картофель тушеный	180	3,96	10,84	29,15	229,96	142/1
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,21	41,15	284/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	**505**	**20**	**22**	**77**	**589**	
2 УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Йогурт питьевой	150	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Круассан	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 2 УЖИН	**151**	**0**	**0**	**0**	**0**	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	**2293**	**63**	**74**	**300**	**2120**	

Расчетная дата 20.03.25

Утверждаю:
Руководитель учереждения Галимуллин С.Ф

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Школа11-18 ГБОУ СЛИ 2

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4		**0**	**0**	**0**	**0**	
1 ЗАВТРАК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Бутерброд с сыром	65	3,95	3,99	0,00	51,69	3/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА 1 ЗАВТРАК	**315**	**8**	**4**	**35**	**209**	
2 ЗАВТРАК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Каша "Артек" молочная вязкая	205	8,32	7,30	43,82	274,24	187/1
	Какао с молоком	200	3,39	3,50	14,88	104,58	288/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК	**455**	**16**	**11**	**83**	**496**	
ОБЕД			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Огурец соленый дольками	60	0,48	0,06	1,02	6,54	-
	Суп картофельный с крупой	250	2,98	3,47	22,44	132,87	60/1
	Рагу овощное с куриной грудкой Копия	220	4,02	7,80	23,57	180,49	120/1
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15	0,24	20,01	86,74	292/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**830**	**15**	**13**	**112**	**621**	
ПОЛДНИК			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Сок	1	0,01	0,00	0,10	0,43	
	Сочни	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Яблоко	200	0,80	0,80	19,60	88,80	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**202**	**1**	**1**	**20**	**89**	
УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Тефтели из говядины (паровые)	100	10,33	10,31	10,41	175,71	104/1
	Каша гречневая рассыпчатая	185	10,88	6,47	49,18	298,36	175/1
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,21	41,15	284/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	**535**	**25**	**17**	**94**	**632**	
2 УЖИН			**0**	**0**	**0**	**0**	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Слойка с кунжутом	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 2 УЖИН	**151**	**4**	**4**	**16**	**115**	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	**2488**	**69**	**50**	**360**	**2163**	

Расчетная дата 20.03.25

Утверждаю:
Руководитель учереждения Галимуллин С.Ф

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Школа11-18 ГБОУ СЛИ 2

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
1 ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Бутерброд с маслом	60	0,08	7,25	0,13	66,09	1/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	ИТОГО ЗА 1 ЗАВТРАК	**260**	**0**	**7**	**10**	**106**	
2 ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша рисовая молочная жидкая	205	5,89	7,39	39,60	248,37	197/1
	Кофейный напиток на молоке	200	3,17	3,25	15,96	105,77	286/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК	**455**	**13**	**11**	**80**	**471**	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,38	8,08	8,10	110,66	24/1
	Суп картофельный с бобовыми и гренка	215	6,73	3,56	28,41	172,50	62/1
	Куры отварные	70	0,04	0,01	0,25	1,21	128/1
	Картофельное пюре	180	3,94	5,87	26,50	174,50	141/1
	Компот из смеси кураги	200	1,04	0,06	30,16	125,34	292/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**865**	**20**	**19**	**138**	**799**	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Сок	1	0,01	0,00	0,10	0,43	
	Пицца "Детская"	100	11,74	12,74	30,54	283,74	260/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**101**	**12**	**13**	**31**	**284**	
УЖИН			0	0	0	0	
	Пельмени с соусом	200	0,36	0,00	1,20	6,28	/0
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	**450**	**4**	**0**	**36**	**163**	
2 УЖИН			0	0	0	0	
	Йогурт питьевой	150	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Круассан	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 2 УЖИН	**151**	**0**	**0**	**0**	**0**	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	**2282**	**49**	**50**	**295**	**1824**	

Расчетная дата 20.03.25

Утверждаю:
Руководитель учереждения Галимуллин С.Ф

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Школа11-18 ГБОУ СЛИ 2

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	1 ЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ		0	0	0	0	
1 ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Бутерброд с сыром	65	3,95	3,99	0,00	51,69	3/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	ИТОГО ЗА 1 ЗАВТРАК	**265**	**4**	**4**	**10**	**92**	
2 ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша пшенная молочная жидкая	205	7,57	8,18	36,41	249,48	198/1
	Какао с молоком	200	3,39	3,50	14,88	104,58	288/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК	**455**	**15**	**12**	**76**	**471**	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат картофельный с зеленым горошк	100	3,28	11,60	10,84	160,86	37/1
	Уха из рыбных консервов	250	7,53	8,83	15,65	172,20	-
	Зразы "Школьные"	81	11,09	13,05	10,27	202,88	100/1
	Макароные изделия отварные	185	7,09	5,18	45,20	255,78	215/1
	Кисель из концентрата	200	0,11	0,07	11,60	47,48	300/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**916**	**36**	**40**	**138**	**1054**	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Сок	1	0,01	0,00	0,10	0,43	
	Корж	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**2**	**0**	**0**	**0**	**0**	
УЖИН			0	0	0	0	
	Плов из курицы	220	20,08	32,93	3,11	389,03	134/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	Мармелад желейный	1	0,00	0,79	0,00	7,15	
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	**471**	**24**	**34**	**38**	**553**	
2 УЖИН			0	0	0	0	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Слойка с кунжутом	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 2 УЖИН	**151**	**4**	**4**	**16**	**115**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**2260**	**83**	**94**	**278**	**2285**	

Расчетная дата 20.03.25

Утверждаю:
Руководитель учереждения Галимуллин С.Ф

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Школа11-18 ГБОУ СЛИ 2

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
1 ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	12/1
	Суп молочный с макаронными изделями	200	4,67	4,57	17,60	130,19	77/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА 1 ЗАВТРАК	**451**	**14**	**10**	**52**	**350**	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Икра морковная	100	1,64	8,11	9,22	116,35	46/1
	Рассольник домашний	208	1,95	5,88	12,20	109,45	56/1
	Гуляш из отварной говядины	120	21,08	24,64	3,55	320,29	94/1
	Каша пшеничная рассыпчатая	185	8,32	4,57	48,96	270,15	177/1
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,15	0,24	20,01	86,74	292/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**913**	**41**	**44**	**138**	**1118**	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Сок	1	0,01	0,00	0,10	0,43	
	Кекс	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**2**	**0**	**0**	**0**	**0**	
УЖИН			0	0	0	0	
	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	20,51	10,40	4,08	191,96	79/1
	Макароные изделия отварные	185	7,09	5,18	45,20	255,78	215/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	282/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	**555**	**31**	**16**	**84**	**605**	
2 УЖИН			0	0	0	0	
	Йогурт питьевой	150	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Круассан	1	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА 2 УЖИН	**151**	**0**	**0**	**0**	**0**	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	**2072**	**86**	**70**	**275**	**2073**	
			0	0	0	0	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	**32168**	**969**	**955**	**4202**	**29271**	
			0	0	0	0	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	**2298**	**69**	**68**	**300**	**2091**	
			0	0	0	0	
	Содержание БЖУ в % от калорийнос		**13**	**29**	**57**	**0**	

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

0

1 Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания - издат. ООО "Партнер" г.Уфа 2015г.
2 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.ВС.В. Маслова, 2015