



УТВЕРЖДАЮ ДИРЕКТОР  
ООО "ПРОФИТАНИЕ"  
ТИТОВА Е.Л.



СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР  
МОУ "Средняя школа № 8 имени Н.Г. Варламова"  
Чемлыкova Л.В.

## Примерное 10-дневное меню питания обучающихся

АСП с 1-4 класс

| № раск сб рец    | ВЫХОД | НАИМЕНОВАНИЕ                      | К/КАЛ   | БЕЛКИ  | ЖИРЫ   | УГЛЕВ   |
|------------------|-------|-----------------------------------|---------|--------|--------|---------|
|                  |       | ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК                 |         |        |        |         |
|                  |       | НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ                    |         |        |        |         |
|                  |       | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ     |         |        |        |         |
|                  |       | Обед 95 руб                       |         |        |        |         |
| 54-8с-2020/2021  | 200   | Суп картофельный с горохом        | 83,600  | 4,180  | 5,015  | 10,940  |
| 268/2011         | 90    | Биточек                           | 302,520 | 11,020 | 11,960 | 34,110  |
| 54-1г-2020/2021  | 150   | Макаронны отварные                | 202,000 | 5,300  | 5,500  | 28,700  |
| 54-2гн-2020/2021 | 200   | Чай с сахаром                     | 26,800  | 0,200  |        | 6,500   |
| ПР               | 30    | Хлеб ржаной                       | 68,400  | 2,380  | 0,390  | 13,560  |
| ПР               | 30    | Батон                             | 78,600  | 2,250  | 0,870  | 15,420  |
|                  | 700   | ИТОГО:                            | 761,920 | 25,330 | 23,735 | 109,230 |
|                  |       | ДЕНЬ: ВТОРНИК                     |         |        |        |         |
|                  |       | НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ                    |         |        |        |         |
|                  |       | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ     |         |        |        |         |
|                  |       | Обед 95 руб                       |         |        |        |         |
| 88/2011          | 200   | Щи из свежей капусты с картофелем | 81,800  | 3,412  | 3,960  | 16,322  |
| 161/2011         | 240   | Запеканка картофельная с овощами  | 509,610 | 16,320 | 19,860 | 65,620  |
| 54-2гн-2020/2021 | 200   | Чай с сахаром                     | 26,800  | 0,200  |        | 6,500   |
| ПР               | 50    | Хлеб ржаной                       | 114,000 | 3,970  | 0,650  | 22,600  |
| ПР               | 30    | Батон                             | 78,600  | 2,250  | 0,870  | 15,420  |
|                  | 720   | ИТОГО:                            | 810,810 | 26,152 | 25,340 | 126,462 |

|                  |            |                                      |                |               |               |                |  |  |  |
|------------------|------------|--------------------------------------|----------------|---------------|---------------|----------------|--|--|--|
|                  |            | <b>ДЕНЬ: СРЕДА</b>                   |                |               |               |                |  |  |  |
|                  |            | <b>НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ</b>                |                |               |               |                |  |  |  |
|                  |            | <b>ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ</b> |                |               |               |                |  |  |  |
|                  |            | <b>Обед 95 руб</b>                   |                |               |               |                |  |  |  |
| 54-2с-2020/2021  | 200        | Борщ с капустой и картофелем         | 88,080         | 3,540         | 4,330         | 16,850         |  |  |  |
| 278/2011         | 110        | Тефтели                              | 348,000        | 13,170        | 13,610        | 42,850         |  |  |  |
| 54-1г-2020/2021  | 150        | Картофельное пюре                    | 145,800        | 3,100         | 6,000         | 19,700         |  |  |  |
| 54-2гн-2020/2021 | 200        | Чай с сахаром                        | 26,800         | 0,200         |               | 6,500          |  |  |  |
| ПР               | 50         | Хлеб ржаной                          | 114,000        | 3,970         | 0,650         | 22,600         |  |  |  |
|                  | <b>710</b> | <b>ИТОГО:</b>                        | <b>722,680</b> | <b>23,980</b> | <b>24,590</b> | <b>108,500</b> |  |  |  |
|                  |            | <b>ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ</b>                 |                |               |               |                |  |  |  |
|                  |            | <b>НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ</b>                |                |               |               |                |  |  |  |
|                  |            | <b>ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ</b> |                |               |               |                |  |  |  |
|                  |            | <b>Обед 95 руб</b>                   |                |               |               |                |  |  |  |
| 54-3с-2020/2021  | 200        | Рассольник ленинградский             | 147,370        | 4,740         | 4,620         | 23,776         |  |  |  |
| 234/2011         | 90         | Котлета рыбная                       | 208,790        | 10,230        | 13,350        | 15,170         |  |  |  |
| 54-1г-2020/2021  | 150        | Макаронные отварные                  | 202,000        | 5,300         | 5,500         | 28,700         |  |  |  |
| 54-2гн-2020/2021 | 200        | Чай с сахаром                        | 26,800         | 0,200         |               | 6,500          |  |  |  |
| ПР               | 50         | Хлеб ржаной                          | 114,000        | 3,960         | 0,650         | 22,600         |  |  |  |
| ПР               | 30         | Батон                                | 78,600         | 2,250         | 0,870         | 15,420         |  |  |  |
|                  | <b>720</b> | <b>ИТОГО:</b>                        | <b>777,56</b>  | <b>26,680</b> | <b>24,99</b>  | <b>112,17</b>  |  |  |  |

|                  |            |                                          |               |              |              |               |  |  |  |
|------------------|------------|------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|--|--|--|
|                  |            | <b>ДЕНЬ: ПЯТНИЦА</b>                     |               |              |              |               |  |  |  |
|                  |            | <b>НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ</b>                    |               |              |              |               |  |  |  |
|                  |            | <b>ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ</b>     |               |              |              |               |  |  |  |
|                  |            | <b>Обед 95 руб</b>                       |               |              |              |               |  |  |  |
| 54-7с-2020/2021  | 250        | Суп картофельный с макаронными изделиями | 145,00        | 4,400        | 4,570        | 22,650        |  |  |  |
| 260/2011         | 100        | Гуляш                                    | 287,910       | 13,090       | 12,150       | 45,560        |  |  |  |
| 54-4г-2020/2021  | 150        | Каша гречневая рассыпчатая               | 228,900       | 6,200        | 6,900        | 25,900        |  |  |  |
| 54-2гн-2020/2021 | 200        | Чай с сахаром                            | 26,800        | 0,200        |              | 6,500         |  |  |  |
| ПР               | 30         | Хлеб ржаной                              | 68,400        | 2,580        | 0,390        | 13,560        |  |  |  |
|                  | <b>730</b> | <b>ИТОГО:</b>                            | <b>757,01</b> | <b>26,47</b> | <b>24,01</b> | <b>114,17</b> |  |  |  |

[illegible][illegible]

|  |     |        |         |        |        |         |
|--|-----|--------|---------|--------|--------|---------|
|  | 700 | ИТОГО: | 772,120 | 25,410 | 26,890 | 115,820 |
|  |     |        |         |        |        |         |

|                             |      |                                          |          |         |         |          |
|-----------------------------|------|------------------------------------------|----------|---------|---------|----------|
|                             |      | ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ                            |          |         |         |          |
|                             |      | НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ                           |          |         |         |          |
|                             |      | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ            |          |         |         |          |
|                             |      | Обед 95 руб                              |          |         |         |          |
| 54-3с-2020/2021             | 200  | Рассольник ленинградский                 | 147,370  | 4,740   | 4,620   | 23,776   |
| 268/211                     | 90   | Биточек                                  | 302,520  | 11,020  | 11,960  | 34,110   |
| 54-11г-2020/2021            | 150  | Картофельное пюре                        | 145,800  | 3,100   | 6,000   | 19,700   |
| 54-2гн-2020/2021            | 200  | Чай с сахаром                            | 26,800   | 0,200   |         | 6,500    |
| ПР                          | 30   | Хлеб ржаной                              | 68,400   | 2,380   | 0,390   | 13,560   |
| ПР                          | 30   | Батон                                    | 78,600   | 2,250   | 0,870   | 15,420   |
|                             | 700  | ИТОГО:                                   | 769,49   | 23,69   | 23,84   | 113,07   |
|                             |      |                                          |          |         |         |          |
|                             |      | ДЕНЬ: ПЯТНИЦА                            |          |         |         |          |
|                             |      | НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ                           |          |         |         |          |
|                             |      | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ            |          |         |         |          |
|                             |      | Обед 95 руб                              |          |         |         |          |
| 54-7с-2020/2021             | 250  | Суп картофельный с макаронными изделиями | 145,00   | 4,400   | 4,570   | 22,650   |
| 260/2011                    | 100  | Гуляш                                    | 287,910  | 13,090  | 12,150  | 45,560   |
| 54-4г-2020/2021             | 150  | Каша гречневая рассыпчатая               | 228,900  | 6,200   | 6,900   | 25,900   |
| 54-2гн-2020/2021            | 200  | Чай с сахаром                            | 26,800   | 0,200   |         | 6,500    |
| ПР                          | 30   | Хлеб ржаной                              | 68,400   | 2,580   | 0,390   | 13,560   |
|                             | 730  | ИТОГО:                                   | 757,01   | 26,47   | 24,01   | 114,17   |
|                             |      |                                          |          |         |         |          |
| Итого за 10 дней            | 7130 |                                          | 7597,58  | 252,68  | 246,34  | 1128,90  |
| Среднее значение за 10 дней | 713  |                                          | 759,7580 | 25,2677 | 24,6340 | 112,8904 |

Рекомендуемое меню разработано согласно сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях/Под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна, 2011 год.

Рекомендуемое меню разработано согласно сборника рецептов блюд и типовых меню для организации

питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций. Новосибирск -2021 год.

БУХГАЛТЕР:

