

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ №



### Примерное двухнедельное меню горячего питания учащихся по МУП Школьное питание на 2022-2023гг

#### 1 неделя

№ рецепта	наименование блюда	масса порции (г)	цена блюда руб. коп.	пищевая ценность (г)			энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>понедельник</b>							
841/3/1998г	биточки гов	90	13,320	17,460	19,980	289,800	
рец-ра 535/2/198г	рис припущ. С овощами	150\30	3,600	4,755	39,300	214,350	
табл.32/82г	салат овощной	60	5,280	4,140	8,700	90,900	
	хлеб пшеничный/пшенично-ржаной	90	7,200	1,200	37,800	190,800	
рец.933/3/82г	компот из с\фруктов (Витамин "С")	200	0,080	0,000	21,820	87,600	
		*****		*****			
0,00 0,00		120,00		29,480	27,555	127,600	873,450

<b>вторник</b>							
рец.841\3\1998г	котлета из птицы	90	14,580	21,780	14,040	311,400	
рец.744,табл.8,82г	гр.гречневый	150\30	7,515	6,285	40,725	249,600	
№25 таблица\98 г	салат овощной	60	0,600	3,660	3,180	48,000	
	хлеб пшеничный/пшенично-ржаной	90	7,200	1,200	37,800	190,800	
рец-ра сб,рец,восточных слад.	сок с\т, или конд.изделие или фрукты	1\0,2	5,649	8,599	30,450	221,500	
рец.1025/3/82г	какао с молоком	200	3,760	3,200	26,740	150,800	
		*****		*****			
0,00 0,00		120,00		39,304	44,724	152,935	1172,100

<b>среда</b>							
рец-ра 669\3\82г	тефтели гов	90\50	12,299	20,250	18,299	304,499	
рец.753/3/82г	спагетти отварн.	150	5,355	4,845	28,575	179,400	
рец.81/3/82г	салат овощной	60	0,840	2,760	6,180	52,800	
	хлеб пшеничный/пшенично-ржаной	90	7,200	1,200	37,800	190,800	
рец.924/3/82г	напиток св.яблок (Витамин "С")	200	0,160	0,000	29,000	116,600	
		*****		*****			
0,00 0,00		120,00		25,854	29,055	119,854	844,099

<b>четверг</b>							
сб.рец.1998 к\в 01.22г	голень цыпленка запечн.	140	19,800	18,326	0,817	247,090	
рец.759/3/82г	картофельное пюре	150\30	3,120	5,100	18,570	132,600	
таблица32 /82г.	салат овощной	60	2,940	5,340	5,700	82,800	
	хлеб пшеничный/пшенично-ржаной	90	7,200	1,200	37,800	190,800	
рец.1024/82	коф.напиток с молоком	200	3,580	2,680	28,340	151,800	
		*****		*****			
0,00 0,00		120,00		36,640	32,646	91,227	805,090

<b>пятница</b>							
сб.рец.1998\рец.843	зразы с яйцом	90\50	88,02	19,800	18,326	0,817	247,090
рец.753/3/82г	рожки отварн.	150	10,02	5,355	4,845	28,575	179,400
табл.№25\1998г	салат овощной	60	7,84	0,480	4,800	2,720	56,800
	хлеб пшеничный/пшенично-ржаной	90	6,22	7,200	1,200	37,800	190,800
рец.933/3/82г	компот из с\фруктов (Витамин "С")	200	7,90	0,080	0,000	21,820	87,600
		*****		*****			
0,00 0,00		120,00		32,915	29,171	91,732	761,690

итого за неделю средние показатели

600,00	32,839	32,630	116,670	891,286
--------	--------	--------	---------	---------

Муниципальное унитарное предприятие  
 МУП «ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ»  
 г. Елиста

Директор \_\_\_\_\_

зав.столовой \_\_\_\_\_



"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ № \_\_\_\_\_



## Примерное двухнедельное меню горячего питания учащихся по МУП Школьное питание на 2022-2023гг

### 2 неделя

№ рецепта	наименование блюда	масса порции (г)	цена блюда руб. коп.	пищевая ценность (г)			энергетическая ценность (ккал)	
				Б	Ж	У		
<b>понедельник</b>								
сборник рец. 1998 №861 рец. 753/3/82г табл. 32/82г  рец-ра 1204/3/98г	фрикадельки из говядины в соусе	90\30		13,417	18,163	14,236	274,909	
	макар. изделия отварн.	150		5,355	4,845	28,575	179,400	
	салат овощной	60		5,280	4,140	8,700	90,900	
	хлеб пшеничный/пшенично-ржаной	90		7,200	1,200	37,800	190,800	
	чай с сахаром	200\15		0,100	0,000	15,000	60,000	
				*****				
				0,00	0,00			
				120,00	31,352	28,348	104,311	796,009
<b>вторник</b>								
сб. рец. 1998 кв 01.22г рец. 744, табл. 8, 82г №92\98 г  рец. 933/3/82г	бедррышко цыпленка запечн.	130		28,600	26,472	1,181	356,900	
	гр. гречневый	150\30		7,515	6,285	40,725	249,600	
	салат овощной	60		0,840	1,560	5,160	37,800	
	хлеб пшеничный/пшенично-ржаной	90		7,200	1,200	37,800	190,800	
	компот из с\фруктов (Витамин "С")	200		0,080	0,000	21,620	87,600	
сок с\т, или конд. изделие или фрукты	1\0,2		1,00	0,00	24,400	101,600		
				*****				
				0,00	0,00			
				120,00	45,235	35,517	131,086	1024,300
<b>среда</b>								
841/3/1998г рец-ра 535\2\98г табл. №25\1\998г  рец. 924/3/82г	котлета гов	90		13,320	17,460	19,980	289,800	
	рис припущ. С овощами	150\30		3,600	4,755	39,300	214,350	
	салат овощной	60		0,480	4,800	2,720	56,800	
	хлеб пшеничный/пшенично-ржаной	90		7,200	1,200	37,800	190,800	
	напиток с\яблоко (Витамин "С")	200		0,160	0,000	29,000	116,800	
				*****				
				0,00	0,00			
				120,00	24,760	28,215	128,800	868,350
<b>четверг</b>								
сб рец. 1998 №669 рец. 759/3/82г №25 таблица\98 г  рец. 1025/3/82г	минтай запеченный	100		13,680	13,860	2,700	190,800	
	картофельное пюре	150\30		3,120	5,100	18,570	132,600	
	салат овощной	60		0,600	3,660	3,180	48,000	
	хлеб пшеничный/пшенично-ржаной	90		7,200	1,200	37,800	190,800	
	какао с молоком	200		3,760	3,200	26,740	150,800	
сок с\т, или конд. изделие или фрукты	1\0,2		1,00	0,00	24,400	101,600		
				*****				
				0,00	0,00			
				120,00	29,360	27,020	113,390	814,600
<b>пятница</b>								
рецепт контрольного меню от 2020 №101 "Школьное питание" таблица 32 (объем рец. 2019) рец. 753/3/82г таблица 32 /82г.  рец. 1024/82	гуляш из филе птицы в соусе	90\30		25,020	27,900	6,840	378,000	
	спагетти отварн.	150		5,355	4,845	28,575	179,400	
	салат овощной	60		1,080	3,000	13,800	86,400	
	хлеб пшеничный/пшенично-ржаной	90		7,200	1,200	37,800	190,800	
	сок с\т, или конд. изделие или фрукты	1\0,2		1,00	0,00	24,400	101,600	
коф. напиток с молоком	200		3,580	2,680	28,340	151,800		
				*****				
				0,00	0,00			
				120,00	43,235	39,625	139,755	1088,000
<b>итого</b>				600,00				
<b>итога за неделю средние показатели</b>					34,788	31,745	123,468	918,252

Директор \_\_\_\_\_

Муниципальное унитарное предприятие  
"СУРЬКАЛЬКУЛЯЦИЮ СОСТАВИЛ"  
Муниципальное унитарное  
предприятие  
"ШКОЛЬНОЕ ПИТАНИЕ"  
г. Элиста

зав. столовой \_\_\_\_\_