

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.
_____ Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 2
им А.П. Маресьева
Брюховецкого района
_____ Хубиев Р.Х.

**Ежедневное меню свободного выбора основного (организованного) питания обучающихся
для обучающихся 5-11 классов**

На « _____ » _____ 2024 год.

сезон:
осенний

Неделя 1		Завтрак № 1					
День 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Понедельник			Белки	Жиры	Углеводы		
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	15	0,10	12,40	0,10	112,20	11,85
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со сгущенным молоком (творог, крупа рисовая, сахар, яйца, масло сл., сметана, соль, молоко сгущенное)	200	20,70	10,70	49,60	392,30	95,55
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,20	0,00	10,10	42,20	2,90
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,50	0,10	10,00	47,40	1,44
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	115	0,50	0,50	11,30	51,10	11,89
Итого за завтрак:		550	23	23,7	81,1	645,2	123,63
		Завтрак № 2					
День 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Понедельник			Белки	Жиры	Углеводы		
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные (творог, мука пш., яйца, сметана, масло подс., сухари панир.)	200	16	16	47,4	399,6	105,2
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	15	1,1	1,3	8,3	49,1	4,36
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	200	0,1	0	9,9	40,2	1,54
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	15,1	71	2,16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,68
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(яблоко)*	115	0,5	0,5	11,3	51,1	11,89
Итого за завтрак:		580	21,3	18,2	100,5	651,8	126,83
		Завтрак № 3					
День 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Понедельник			Белки	Жиры	Углеводы		
	ОЛАДЬИ С ТВОРОГОМ (творог, мука пш., молоко, яйца, масло подс., сода)	200	14,9	19,4	51,8	441,4	72,50
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	15	1,1	1,3	8,3	49,1	4,36
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	200	2,8	2,5	13,6	88	23,35
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	15,1	71	2,16
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(яблоко)*	115	0,5	0,5	11,3	51,1	11,89
Итого за завтрак:		560	21,6	23,9	100,1	700,6	114,26

* - допускается выдача иных фруктов.

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.
Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 2
им А.П. Маресьева
Брюховецкого района
Хубиев Р.Х.

**Ежедневное меню свободного выбора основного (организованного) питания обучающихся
для обучающихся 5-11 классов**

На « _____ » _____ 2024 год.

сезон:
осенний

Неделя 1		Завтрак № 1					
День 2	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Вторник			Белки	Жиры	Углевод ы		
	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (огурцы грунтовые, капуста б/к, томаты грунтовые, масло подс., соль)	100	1,50	5,00	4,40	68,30	11,83
	НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ (грудка курин., яйцо, мука пш., сухари панир., масло раст., соль, перец молотый)	100	10,80	10,20	13,60	189,40	78,30
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	25	0,20	0,80	1,20	13,00	1,92
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	180	6,70	5,90	35,50	221,40	10,94
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1,00	0,20	19,60	83,40	10,92
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,90	0,20	12,50	59,20	1,80
Итого за завтрак:		630	22,1	22,3	86,8	634,7	115,71
Неделя 1		Завтрак № 2					
День 2	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Вторник			Белки	Жиры	Углевод ы		
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	100	1,2	0,2	3,8	21,5	9,32
	НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ (грудка курин., яйцо, мука пш., сухари панир., масло раст., соль, перец молотый)	100	10,8	10,2	13,6	189,4	78,30
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	25	0,2	0,8	1,2	13	1,92
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшено, вода, масло сл., соль)	200	5,5	5,2	33,4	202,2	7,57
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,3	2,9	13,8	94	22,35
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,9	0,2	12,5	59,2	1,8
Итого за завтрак:		650	22,9	19,5	78,3	579,3	121,26
Неделя 1		Завтрак № 3					
День 2	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Вторник			Белки	Жиры	Углевод ы		
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы, масло подс.)	100	0,8	6,1	2,4	67,2	21,76
	НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ (грудка курин., яйцо, мука пш., сухари панир., масло раст., соль, перец молотый)	100	10,8	10,2	13,6	189,4	78,3
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	25	0,2	0,8	1,2	13	1,92
	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ с овощами (рис, морковь, лук репч., масло сл., соль)	210	3,2	4,4	31	176,8	52,56
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0	0	19,4	77,4	4,86
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	15,1	71	2,16
Итого за завтрак:		665	17,3	21,7	82,7	594,8	161,56

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.

Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 2
им А.П. Марсьева
Брюховецкого района
Хубиев Р.Х.

**Ежедневное меню свободного выбора основного (организованного) питания обучающихся
для обучающихся 5-11 классов**

На « _____ » _____ 2024 год.

сезон:
осенний

Неделя 1	Завтрак № 1						
	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Белки			Жиры	Углевод ы			
День 3							
Среда							
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	15	3,50	4,40	0,00	54,60	8,16
	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА(молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар)	240	8,90	14,40	41,70	333,20	56,43
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	200	0,10	0,00	9,90	40,20	1,54
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,30	0,20	15,10	71,00	2,16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,68
	БЛИНЧИКИ из п/ф (блинчики промышленного производства, масло сл.)	45	1,80	3,60	12,20	88,90	10,69
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	15	1,10	1,30	8,30	49,10	4,36
Итого за завтрак:		565	19	24,1	95,7	677,8	85,02
	Завтрак № 2						
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	15	3,5	4,4	0	54,6	8,16
	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ (молоко, вода, гречневая крупа, сахар, масло сл.)	230	9,7	13,8	37,9	315,8	74,53
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных (вода,яблоки, вишня замороз.,сахар)	200	0,1	0,1	10,9	45	4,76
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	15,1	71	2,16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,68
	БЛИНЧИКИ из п/ф (блинчики промышленного производства, масло сл.)	45	1,8	3,6	12,2	88,9	10,69
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	15	1,1	1,3	8,3	49,1	4,36
Итого за завтрак:		555	19,8	23,6	92,9	665,2	106,34
	Завтрак № 3						
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	15	3,5	4,4	0	54,6	8,16
	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (молоко, вода, рис, сахар, масло сл.)	250	6,2	7,9	38,8	250,8	78,42
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	200	2,8	2,5	13,6	88	23,35
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	15,1	71	2,16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,68
	БЛИНЧИКИ из п/ф (блинчики промышленного производства, масло сл.)	45	1,8	3,6	12,2	88,9	10,69
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	15	1,1	1,3	8,3	49,1	4,36
Итого за завтрак:		575	19	20,1	96,5	643,2	128,82

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.
_____ Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 2
им А.П. Маресьева
Брюховецкого района
_____ Хубиев Р.Х.

**Ежедневное меню свободного выбора основного (организованного) питания обучающихся
для обучающихся 5-11 классов**

На « _____ » _____ 2024 год.

сезон:
осенний

Неделя 1		Завтрак № 1						
День 4	Четверг	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Углевод ы		
		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста б/к, лук зеленый, сахар, лимонная к-та, масло подс., соль)	100	1,50	5,10	8,90	88,30	16,19
		ВОК " МЯСО С ОВОЩАМИ" (мясо 1 кат., картофель, морковь, перец болгарский, лук репчатый, масло подс., томатная паста, вода, чеснок, соль)	210	17,20	18,20	25,70	335,20	121,83
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	180	0,00	0,00	17,40	69,70	4,39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,30	0,20	15,10	71,00	2,16
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,00	0,30	12,70	61,20	2,52
Итого за завтрак:			550	23	23,8	79,8	625,4	147,09
		Завтрак № 2						
		Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Углевод ы		
		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	100	1,2	0,2	3,8	21,5	9,32
		ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ (куры 1 кат., сметана, вода, масло подс., мука пш., соль)	100	13,9	17,2	3	222,3	42,49
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	180	6,7	5,9	35,5	221,4	10,94
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,2	0	10,1	42,2	2,9
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	15,1	71	2,16
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,68
Итого за завтрак:			630	25,6	23,7	76	619,2	69,49
		Завтрак № 3						
		Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Углевод ы		
		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)**	100	0,8	0,1	2,5	14	12,10
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (мясо 1 кат., хлеб пш., вода, сухари, масло подс., масло сл.)	100	14,5	20,1	12,6	289,3	59,94
		КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода, масло сл.)	180	4,7	3,9	27,7	164,5	6,89
		ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ (вода, лимон, сахар)	200	0,1	0	21,7	90	6,67
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,1	10	47,4	1,44
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,68
Итого за завтрак:			620	22,9	24,4	83	646	88,72

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.
_____ Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 2
им А.П. Маресьева
Брюховецкого района
_____ Хубиев Р.Х.

**Ежедневное меню свободного выбора основного (организованного) питания обучающихся
для обучающихся 5-11 классов**

На « _____ » _____ 2024 год.

сезон:
осенний

Неделя 1	Завтрак № 1						
	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Белки			Жиры	Углеводы			
День 5							
Пятница							
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	100	1,20	0,20	3,80	21,50	9,32
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, томатное пюре, вода, масло подс., соль)	200	20,60	23,40	35,70	436,40	115,57
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	200	0,10	0,00	14,80	59,60	1,97
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,68
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)*	100	0,40	0,30	10,00	45,60	10,11
Итого за завтрак:		620	23,6	24,1	72,8	603,9	138,65
	Завтрак № 2						
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ (томаты грунтовые, перец болгар., лук, масло подс., соль)	100	1,1	6,1	3,8	76,7	26,04
	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (мясо 1 кат., лук репч., яйца, хлеб пш., масло подс., сухари панир.)	100	8,6	12,1	8,6	199	47,25
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, масло сл.)	180	2,6	5,3	30,6	180	12,2
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (персик)	200	1	0,2	19,6	83,4	10,92
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	15,1	71	2,16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,68
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)*	100	0,4	0,3	10	45,6	10,11
Итого за завтрак:		730	17,3	24,4	96,2	696,5	110,36
	Завтрак № 3						
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы **	100	0,7	0,1	1,9	11	12,10
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	100	12,6	15,2	8,1	219,6	45,23
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	180	3,8	6,4	25,7	176,3	20,40
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных (вода, яблоки, вишня заморож., сахар)	200	0,1	0,1	10,9	45	4,76
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,1	10	47,4	1,44
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,68
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)*	100	0,4	0,3	10	45,6	10,11
Итого за завтрак:		720	20,4	22,4	75,1	585,7	95,72

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.
_____ Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 2
им А.П. Маресьева
Брюховецкого района
_____ Хубиев Р.Х.

Ежедневное меню свободного выбора основного (организованного) питания обучающихся
для обучающихся 5-11 классов

На « _____ » _____ 2024 год.

сезон:
осенний

Неделя 2		Завтрак № 1						
День 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
Понедельник			Белки	Жиры	Углевод			
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)**	100	0,80	0,10	2,50	14,00	12,10	
	БИТОЧКИ "АППЕТИТНЫЕ" (мясо 1 кат., хлеб пш., яйца, вода, сыр, томаты, масло подс., соль)	100	12,90	18,60	27,80	329,90	87,53	
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода, масло сл.)	180	4,70	3,90	27,70	164,50	6,89	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,20	0,00	10,10	42,20	2,90	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,90	0,20	12,50	59,20	1,80	
Итого за завтрак:		605	20,5	22,8	80,6	609,8	111,22	
		Завтрак № 2						
День 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
Понедельник			Белки	Жиры	Углевод			
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	100	1,2	0,2	3,8	21,5	9,32	
	ГУЛЯШ (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подс., мука пш., соль)	100	10,6	18,2	2,9	217,8	73,87	
	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ с овощами (рис, морковь, лук репч., масло сл., соль)	210	3,2	4,4	31	176,8	52,56	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) (яблоки, вода, сахар, лимонная к-та)	200	0,2	0,2	27	111,1	6,70	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,1	10	47,4	1,44	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,68	
Итого за завтрак:		650	18	23,3	83,2	615,4	145,57	
		Завтрак № 3						
День 1	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
Понедельник			Белки	Жиры	Углевод			
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)**	100	0,8	0,1	2,5	14	12,10	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ (куры 1 кат., сметана, вода, масло подс., мука пш., соль)	100	13,9	17,2	3	222,3	42,49	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	180	6,7	5,9	35,5	221,4	10,94	
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	200	0,1	0	14,8	59,6	1,97	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,1	10	47,4	1,44	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,68	
Итого за завтрак:		620	24,3	23,5	74,3	605,5	70,62	

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.
_____ Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 2
им А.П. Маресьева
Брюховецкого района
_____ Хубиев Р.Х.

**Ежедневное меню свободного выбора основного (организованного) питания обучающихся
для обучающихся 5-11 классов**

На « _____ » _____ 2024 год.

сезон:
осенний

Неделя 2	Завтрак № 1						
	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Белки			Жиры	Углеводы			
День 2							
Вторник							
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)**	100	0,80	0,10	2,50	14,00	12,10
	ШАРИКИ "СОЛНЫШКО" рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло раст., хлеб пш., молоко, яйцо, соль, перец молотый)	100	12,60	10,40	8,40	177,50	62,04
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	180	3,80	6,30	25,70	175,50	21,15
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1,00	0,20	19,60	83,40	10,92
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,30	0,20	15,10	71,00	2,16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,68
Итого за завтрак:		630	21,8	17,4	79,8	562,2	110,05
	Завтрак № 2						
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (огурцы, масло подс.)	110	0,8	6,7	2,6	74	23,94
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло раст., хлеб пш., молоко, яйцо, соль, перец молотый)	110	14,1	4,5	6,5	124	75,17
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (картофель, капуста, морковь, лук репч., масло подс., томатное пюре, мука, сахар, соль)	200	3,8	5,6	18,7	135,1	23,69
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200	0,2	0,2	23,8	98	5,81
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	15,1	71	2,16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,68
Итого за завтрак:		670	22,5	17,4	75,2	542,9	132,45
	Завтрак № 3						
	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" (огурцы грунтовые, капуста б/к, томаты грунтовые, масло подс., соль)	100	1,5	5	4,4	68,3	11,83
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ с/с (фарш рыбный, рис, лук репч., морковь, масло раст., томатное пюре)	100	8,6	8,2	10,9	151,4	57,38
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшено, вода, масло сл., соль)	180	4,9	4,7	30	181,8	6,81
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0	0	19,4	77,4	4,86
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	15,1	71	2,16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,68
Итого за завтрак:		630	18,6	18,3	88,3	590,7	84,72

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.
_____ Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 2
им А.П. Маресьева
Брюховецкого района
_____ Хубиев Р.Х.

**Ежедневное меню свободного выбора основного (организованного) питания обучающихся
для обучающихся 5-11 классов**

На « _____ » _____ 2024 год.

сезон:
осенний

Неделя 2	Завтрак № 1						
	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Белки			Жиры	Углевод			
День 3							
Среда							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (свекла, горошек конс., яблоки, лук репч., масло подсолн., соль)	100	1,60	4,20	8,10	76,90	19,80
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (ТТК) (яйца, молоко, масло сл., соль)	200	18,00	18,70	3,50	254,30	79,66
	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ (вода, лимон, сахар)	200	0,10	0,00	21,70	90,00	6,67
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,50	0,10	10,00	47,40	1,44
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1,00	0,10	6,40	30,60	1,26
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,80	0,30	9,30	43,10	10,25
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	20	0,60	0,70	15,50	70,80	4,60
Итого за завтрак:		655	23,6	24,1	74,5	613,1	123,68
	Завтрак № 2						
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	100	1,2	0,2	3,8	21,5	9,32
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, томатное пюре, вода, масло подс., соль)	200	20,6	23,4	35,7	436,4	115,57
	ЧАЙ С САХАРОМ (вода, сахар, чай черный)	200	0,1	0	14,8	59,6	1,97
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,1	10	47,7	1,44
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1	0,1	6,4	30,6	1,26
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)	100	0,8	0,3	9,3	43,1	10,25
Итого за завтрак:		635	25,2	24,1	80	638,9	139,81
	Завтрак № 3						
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (томаты грунтовые, лук, масло подс., соль)	100	1,1	6,2	3,5	75,8	26,06
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подс.)	210	19,5	15	27,1	322,4	121,46
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) (яблоки, вода, сахар, лимонная к-та)	200	0,2	0,2	27	111,1	6,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,1	10	47,4	1,44
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1	0,1	6,4	30,6	1,26
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)*	100	0,8	0,3	9,3	43,1	10,25
Итого за завтрак:		645	24,1	21,9	83,3	630,4	167,17

* - допускается выдача иных фруктов.

** - допускается выдача иных овощей

*** - допускается выдача иных кондитерских изделий.

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.
_____ Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 2
им А.П. Маресьева
Брюховецкого района
_____ Хубиев Р.Х.

**Ежедневное меню свободного выбора основного (организованного) питания обучающихся
для обучающихся 5-11 классов**

На « _____ » _____ 2024 год.

сезон:
осенний

Неделя 2	Завтрак № 1						
	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Белки			Жиры	Углеводы			
День 4							
Четверг							
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)**	100	0,80	0,10	2,50	14,00	12,10
	ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное, лимон, чеснок, соль, перец молотый)	100	10,60	17,20	14,30	255,10	79,75
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло сливочное, мука пшеничная, петрушка, сахар, соль)	20	0,20	0,70	0,90	10,50	1,52
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ (картофель, лук репчатый, вода, сметана, томатное пюре, масло подсолнечное)	180	5,40	4,10	16,70	126,00	21,62
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных (вода, яблоки, вишня замороженная, сахар)	200	0,10	0,10	10,90	45,00	4,76
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3,10	0,20	20,10	94,70	2,88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,30	0,20	8,50	40,80	1,68
Итого за завтрак:		660	21,5	22,6	73,9	586,1	124,31
	Завтрак № 2						
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)**	100	1,2	0,2	3,8	21,5	9,32
	ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное, лимон, чеснок, соль, перец молотый)	100	10,6	17,2	14,3	255,1	79,75
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло сливочное, мука пшеничная, петрушка, сахар, соль)	20	0,2	0,7	0,9	10,5	1,52
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сливочное, соль)	180	6,7	5,9	35,5	221,4	10,94
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,2	0	10,1	42,2	2,90
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3,1	0,2	20,1	94,7	2,88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,68
Итого за завтрак:		660	23,3	24,4	93,2	686,2	108,99
	Завтрак № 3						
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)**	100	0,8	0,1	2,5	14	12,10
	ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подсолнечное, лимон, чеснок, соль, перец молотый)	100	10,6	17,2	14,3	255,1	79,75
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло сливочное, мука пшеничная, петрушка, сахар, соль)	20	0,2	0,7	0,9	10,5	1,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, масло сливочное)	180	2,6	5,3	30,6	180	12,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная кислота)	200	0	0	19,4	77,4	4,86
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3,1	0,2	20,1	94,7	2,88
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,3	0,2	8,5	40,8	1,68
Итого за завтрак:		660	18,6	23,7	96,3	672,5	114,99

** - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Игнаткина Н.А.
_____ Н.А.Игнаткина

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 2
им А.П. Маресьева
Брюховецкого района
_____ Хубиев Р.Х.

**Ежедневное меню свободного выбора основного (организованного) питания обучающихся
для обучающихся 5-11 классов**

На « _____ » _____ 2024 год.

сезон:
осенний

Неделя 2		Завтрак № 1						
День 5	Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Углевод ы		
		СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	10	2,30	3,00	0,00	36,40	5,42
		КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко, крупа пшено, вода, масло сл.)	250	10,30	9,40	45,30	306,80	53,92
		КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,30	2,90	13,80	94,00	22,35
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,50	0,10	10,00	47,40	1,44
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1,00	0,10	6,40	30,60	1,26
		БЛИНЧИКИ из п/ф (блинчики промышленного производства, масло сл.)	45	1,80	3,60	12,20	88,90	10,69
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	15	1,10	1,30	8,30	49,10	4,36
Итого за завтрак:			555	21,3	20,4	96	653,2	99,44
		Завтрак № 2						
		Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Углевод ы		
		СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	10	2,3	3	0	36,4	5,42
		КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ (молоко, вода, гречневая крупа, сахар, масло сл.)	245	10,4	14,7	40,3	336,3	79,39
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,2	0	10,1	42,2	2,90
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,1	10	47,4	1,44
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1	0,1	6,4	30,6	1,26
		БЛИНЧИКИ из п/ф (блинчики промышленного производства, масло сл.)	45	1,8	3,6	12,2	88,9	10,69
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	15	1,1	1,3	8,3	49,1	4,36
Итого за завтрак:			550	18,3	22,8	87,3	630,9	105,46
		Завтрак № 3						
		Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Углевод ы		
		СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	10	2,3	3	0	36,4	5,42
		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (молоко, вода, рис, сахар, масло сл.)	250	6,2	7,9	38,8	250,8	78,42
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	200	2,8	2,5	13,6	88	23,35
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	15,1	71	2,16
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	15	1	0,1	6,4	30,6	1,26
		БЛИНЧИКИ из п/ф (блинчики промышленного производства, масло сл.)	45	1,8	3,6	12,2	88,9	10,69
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (промышленное производство)	15	1,1	1,3	8,3	49,1	4,36
Итого за завтрак:			565	17,5	18,6	94,4	614,8	125,66

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.