

Согласовано

Директор

МБОУ Средняя школа №38  
Федулин Р.А.

Генеральный директор АО "Соцпитсервис"

Утверждаю

Федулин Р.А.

## МЕНЮ ЗАВТРАКОВ

для обучающихся по программе АСП

Возрастная категория 12 лет и старше

| № рецептуры* | Выход | Кал-ть | Наименование блюда | Пищевые вещества, г |      |          |
|--------------|-------|--------|--------------------|---------------------|------|----------|
|              |       |        |                    | белки               | жиры | углеводы |

## 1 неделя

## Понедельник

|        |            |              |                            |             |             |             |
|--------|------------|--------------|----------------------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-1з  | 15         | 55,0         | Сыр в нарезке              | 3,4         | 4,6         | 0,0         |
| 302*   | 250        | 249,5        | Каша молочная геркулесовая | 7,8         | 9,9         | 33,2        |
| 54-4гн | 200        | 68,0         | Чай с молоком и сахаром    | 2,8         | 2,5         | 8,6         |
|        | 85         | 200,0        | Хлеб ржаной, пшеничный     | 4,0         | 1,4         | 40,5        |
|        | <b>550</b> | <b>572,5</b> |                            | <b>18,0</b> | <b>18,4</b> | <b>82,3</b> |

## Вторник

|        |            |              |                                |             |             |             |
|--------|------------|--------------|--------------------------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-2о  | 200        | 204,7        | Омлет с зеленым горошком       | 13,0        | 14,3        | 6,4         |
| 54-3гн | 200        | 26,8         | Чай с сахаром                  | 0,2         | 0,0         | 6,5         |
|        | 60         | 165,2        | Кондитерское изделие (печенье) | 4,0         | 5,2         | 25,6        |
|        | 90         | 212,0        | Хлеб ржаной, пшеничный         | 4,2         | 1,5         | 43,0        |
|        | <b>550</b> | <b>608,7</b> |                                | <b>21,4</b> | <b>21,0</b> | <b>81,5</b> |

## Среда

|        |            |              |                         |             |             |             |
|--------|------------|--------------|-------------------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-1з  | 17         | 62,4         | Сыр в нарезке           | 3,9         | 5,2         | 0,0         |
| 302*   | 250        | 262,4        | Каша молочная рисовая   | 7,5         | 9,2         | 36,0        |
| 54-4гн | 200        | 68,0         | Чай с молоком и сахаром | 2,8         | 2,5         | 8,6         |
|        | 85         | 200,0        | Хлеб ржаной, пшеничный  | 4,0         | 1,5         | 40,5        |
|        | <b>552</b> | <b>592,8</b> |                         | <b>18,2</b> | <b>18,4</b> | <b>85,1</b> |

## Четверг

|        |            |              |                                     |             |             |             |
|--------|------------|--------------|-------------------------------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-19з | 5          | 37,4         | Масло сливочное                     | 0,0         | 4,1         | 0,0         |
| 54-1т  | 210        | 302,0        | Запеканка творожная с рисом, соусом | 13,6        | 13,2        | 32,0        |
| 54-2гн | 200        | 26,8         | Чай с сахаром                       | 0,2         | 0,0         | 6,5         |
|        | 90         | 212,0        | Хлеб ржаной, пшеничный              | 4,2         | 1,5         | 43,0        |
|        | <b>505</b> | <b>578,2</b> |                                     | <b>18,0</b> | <b>18,8</b> | <b>81,5</b> |

## Пятница

|         |            |              |                            |             |             |             |
|---------|------------|--------------|----------------------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-3г   | 200        | 316,2        | Макароны отварные с сыром  | 11,7        | 14,1        | 35,6        |
| 54-23гн | 200        | 91,2         | Кофейный напиток с молоком | 3,8         | 3,5         | 11,2        |
|         | 50         | 120,0        | Хлеб ржаной, пшеничный     | 2,5         | 0,8         | 25,5        |
|         | 100        | 44,5         | Фрукт (яблоко)             | 0,1         | 0,1         | 10,8        |
|         | <b>550</b> | <b>571,9</b> |                            | <b>18,1</b> | <b>18,5</b> | <b>83,1</b> |

| № рецептуры * | Выход | Кал-ть | Наименование блюда | Пищевые вещества, г |      |          |
|---------------|-------|--------|--------------------|---------------------|------|----------|
|               |       |        |                    | белки               | жиры | углеводы |

## 2 неделя

### Понедельник

|        |            |              |                         |             |             |             |
|--------|------------|--------------|-------------------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-1з  | 15         | 55,0         | Сыр в нарезке           | 3,4         | 4,6         | 0,0         |
| 54-25к | 250        | 257,4        | Каша молочная пшенная   | 7,8         | 9,8         | 34,6        |
| 54-4гн | 200        | 68,0         | Чай с молоком и сахаром | 2,8         | 2,5         | 8,6         |
|        | 85         | 200,0        | Хлеб ржаной, пшеничный  | 4,0         | 1,5         | 40,5        |
|        | <b>550</b> | <b>580,4</b> |                         | <b>18,0</b> | <b>18,4</b> | <b>83,7</b> |

### Вторник

|        |            |              |                                |             |             |             |
|--------|------------|--------------|--------------------------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-3м  | 60         | 100,7        | Голубцы ленивые                | 6,9         | 7,1         | 3,2         |
| 54-11г | 180        | 212,7        | Картофель отварной в молоке    | 5,4         | 7,2         | 31,8        |
| 54-2гн | 200        | 26,8         | Чай с сахаром                  | 0,2         | 0,0         | 6,5         |
|        | 30         | 82,6         | Кондитерское изделие (печенье) | 2,0         | 2,6         | 12,8        |
|        | 85         | 200,0        | Хлеб ржаной, пшеничный         | 4,0         | 1,5         | 40,5        |
|        | <b>555</b> | <b>622,8</b> |                                | <b>18,5</b> | <b>18,4</b> | <b>94,8</b> |

### Среда

|        |            |              |                                     |             |             |             |
|--------|------------|--------------|-------------------------------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-19з | 5          | 37,4         | Масло сливочное                     | 0,0         | 4,1         | 0,0         |
| 54-1г  | 210        | 302,0        | Запеканка творожная с рисом, соусом | 13,6        | 13,2        | 32,0        |
| 54-2гн | 200        | 26,8         | Чай с сахаром                       | 0,2         | 0,0         | 6,5         |
|        | 90         | 212,0        | Хлеб ржаной, пшеничный              | 4,2         | 1,5         | 43,0        |
|        | <b>505</b> | <b>578,2</b> |                                     | <b>18,0</b> | <b>18,8</b> | <b>81,5</b> |

### Четверг

|        |            |              |                        |             |             |             |
|--------|------------|--------------|------------------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-1з  | 20         | 71,6         | Сыр в нарезке          | 4,6         | 6,1         | 0,0         |
| 54-21к | 250        | 304,9        | Каша молочная ячневая  | 9,2         | 10,9        | 42,5        |
| 54-2гн | 200        | 26,8         | Чай с сахаром          | 0,2         | 0,0         | 6,5         |
|        | 85         | 200,0        | Хлеб ржаной, пшеничный | 4,0         | 1,5         | 40,5        |
|        | <b>555</b> | <b>603,3</b> |                        | <b>18,0</b> | <b>18,5</b> | <b>89,5</b> |

### Пятница

|         |            |              |                            |             |             |             |
|---------|------------|--------------|----------------------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-3г   | 200        | 316,2        | Макароны отварные с сыром  | 11,7        | 14,1        | 35,6        |
| 54-23гн | 200        | 91,2         | Кофейный напиток с молоком | 3,8         | 3,5         | 11,2        |
|         | 50         | 120,0        | Хлеб ржаной, пшеничный     | 2,5         | 0,8         | 25,5        |
|         | 100        | 44,5         | Фрукт (яблоко)             | 0,1         | 0,1         | 10,8        |
|         | <b>550</b> | <b>571,9</b> |                            | <b>18,1</b> | <b>18,5</b> | <b>83,1</b> |

В процессе изготовления продукции не используются: пищевые добавки, биологически-активные добавки, компоненты, полученные с применением генно-модифицированных организмов.

Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск 2021

\*Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, Москва- 2004 \*

Зав. производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_