



**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «КЛЕНОВСКАЯ ШКОЛА
АМВРОСИЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА»
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
(ГБОУ «КЛЕНОВСКАЯ ШКОЛА АМВРОСИЕВСКОГО М.О.»)**

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора ГБОУ

«Кленовская школа
Амвросиевского м.о.»



С.А. Сошникова

**ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ
МЕНЮ**

по ГБОУ «Кленовская школа Амвросиевского м.о.»

на 2024-2025 учебный год

Согласовано:

председатель родительского комитета

Власенко Н.В.

2024

I неделя

Первая неделя
Понедельник

Обед ГПД

№ рецеп- туры	Наименование блюда согласно рецептуре	Масса порции(г р) 1-4 кл.	Пищевые вещества			Энергоценность (ккал) 1-4 кл.
			Белки	Жиры	Углеводы	
	Овощи св.(сол.)	60	0,48	0,06	1,02	6
99/М/ССЖ	Суп из овощей с сметаной	210	1,56	3,71	8,84	75,54
223/М/ССЖ	Запеканка из творога с молочным соусом сладким 50/50	200	27,11	13,97	30,83	362,82
	Ряженка (2,5%)	200	3,0	2,5	4,2	114
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80
	Печенье	12	0,59	1	7	48,2
Итого:		702	37,26	21,92	86,41	769,86

Вторник

	Овощи св.(сол.)	60	0,48	0,06	1,02	6
82/М/ССЖ	Борщ с картофелем и капустой , с сметаной 200/10	210	1,66	4,66	8,12	81,53
294/М/ССЖ	Биточки куриные с маслом слив. 100/5	105	17,45	8,80	12,50	204,28
309/М/ССЖ	Макаронные изд. отварные	150	5,53	4,78	34,29	206,4
379/М/ССЖ	Кофейный напиток на молоке 200/10	200	3,15	3,2	18,52	117,54
379/М/ССЖ	Хлеб пшеничный	20	1,86	0,17	12,05	57,58
	Хлеб ржаной-пшеничн.	40	2,24	0,44	19,76	92,80
	Яблоко	120	0,5	0,5	12,7	60,1
Итого:		905	32,87	22,61	119,96	826,23

Среда

98/М/ССЖ	Овощи св.(сол.)	60	0,48	0,06	1,02	6
	Суп крестьянский с рисом на кур.бул	200	4,34	7,99	11,52	135,49
282/М/ССЖ	Оладьи из печени	100	19,14	8,13	13,2	203,51
143/М/ССЖ	Рагу из овощей	150	3,37	6,52	20,82	147,34
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80

	Яблоко	100	0,4	0,4	10,58	50,08
Итого:		880	33,25	22,98	111,86	797,72

Четверг

	Овощи св.(сол.)	60	0,48	0,06	1,02	6
120/М/ССЖ	Суп картофельный с бобовыми (горохом) на кур.бул.	200	6,52	4,28	15,42	126,5
245/М/ССЖ	Бефстроганов из говядины	100	16,25	12,05	4,81	192,93
312/М/ССЖ	Картофель отварной на молоке	150	3,42	7,8	23,82	179,64
349/М/ССЖ	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,05	17,59	73,95
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	116
338/М	Яблоко	120	0,5	0,5	12,7	60,1
Итого:		910	35,40	28,68	115,75	825,62

Пятница

96/М/ССЖ	Рассольник с перловой крупой на кур.бул.	200	3,64	4,15	13,36	105,78
4-14р-2022	Котлета рыбная любительская с маслом сливочным 100/5	105	13,72	7,66	7,29	153,58
1248/И	Овощи запеченные	150	3,98	6,59	20,63	159,47
	Какао на молоке (3,2%)	200	3,87	3,8	15,09	111,46
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	116
Итого:		735	30,29	22,99	95,83	716,76
Итого за обед I недели :		4132	169,07	119,18	529,81	3935,92

II неделя

**Вторая неделя
Понедельник**

Обеды

№ рецеп-туры	Наименование блюда согласно рецептуре	Масса порции(г р) 1-4 кл.	Пищевые вещества			Энергоценность (ккал) 1-4 кл.
			Белки	Жиры	Углеводы	
	Овощи св.(сол.)	60	0,48	0,06	1,02	6
82/М/ССЖ	Борщ с картофелем и капустой, с сметаной	210	1,66	4,66	8,12	81,53
219/М/ССЖ	Сырники из творога с молочным сладким соусом 120/30	150	21,48	10,55	19,46	262,91

	Ряженка (2,5%)	200	3,0	2,5	4,2	114
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	116
338/М	Яблоко	120	0,05	0,5	12,7	60,1
Итого:		820	32,20	19,06	84,96	711,04

Вторник

	Овощи св. (сол.)	60	0,48	0,06	1,02	6
101/М/ССЖ	Суп картофельный с рисом на кур. Бульоне	200	3,48	6,12	14,3	126,36
322/К/ССЖ	Куриное филе в сырном соусе	120	20,74	11,54	0,97	196,61
1248/И	Овощи запечённые	150	3,98	6,59	20,63	159,47
	Сок фруктово-ягодный	150	0,8	0,15	18,0	69
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	116
Итого:		760	34,56	25,25	94,38	743,94

Среда

	Овощи св.(сол.)	60	0,48	0,06	1,02	6
95/М/ССЖ	Рассольник домашний с сметаной 200/10	210	1,7	3,76	11,05	85,58
271/М/ССЖ	Котлеты домашние с томатным соусом 90/20	110	13,16	12,67	11,68	215,15
309/М/ССЖ	Макаронные изделия (отварные)	150	5,53	4,78	35,29	206,4
382/М/ССЖ	Какао на молоке (3,2%)	200	3,87	3,8	15,09	111,46
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80
338/М	Яблоко	120	0,5	0,5	12,7	61
Итого:		920	29,76	26,25	121,35	848,89

Четверг

	Овощи св. (сол.)	60	0,48	0,06	1,02	6
103/М/ССЖ	Суп картофельный с макаронными издел. на курином бульоне	200	3,94	5,15	14,64	120,93
293/К/ССЖ	Куриное филе в панировке запеченное с слив. маслом 100/5	105	5,07	7,78	18,69	165,41
143/К/ССЖ	Рагу из овощей	150	3,37	5,52	20,82	147,34
	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92

	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	116
	Печенье	12	0,59	1	7	48,2
Итого:		807	19,53	20,5	121,83	766,38

Пятница

	Овощи св.(сол.)	60	0,48	0,06	1,02	6
82/М/ССЖ	Борщ с картофелем и капустой , с сметаной 200/10	210	1,66	4,66	8,12	81,53
232/М/ССЖ	Рыба запеченная в сметанном соусе	100	17,95	12,66	4,85	205,99
302/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96
379/М/ССЖ	Кофейный напиток на молоке (3,2%)	200	3,15	3,2	18,52	117,54
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80
338/М	Яблоко	100	0,48	0,48	12,5	60
Итого:		890	34,55	25,04	108,1	803,32
Итого за обед II недели:		4197	150,6	116,1	621,62	3873,57
Итого за обеды за две недели:		8329	319,67	235,28	7151,43	7809,49