СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ «Колодезянская школа»

04 2025r.

УТВЕРЖДАЮ: Директор ООО «Феникс» В.И.Тёмный

€ 2025г.

ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ (ОБЕД) обучающихся в общеобразовательных организациях, отнесенных к льготной категории

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше (весна)

меню приготавливаемых меню приготавливаемых блюд возрастная категория: от 12 лет и старше

	Белки д теры г Упивод		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	1		
	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	100	1.2	7.84	8.96	111.4	37	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2.0	5.0	13.0	105.8	82	2011
ОБЕД	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С М/СЛ	100/5	16.7	21.5	15.1	320.7	295	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ ИЛИ ПЕРЛОВАЯ С М/СЛ	180/5	5.8	8.8	37.0	248.3	302	2011
	компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.04	0.32	19.68	93.6	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6	0.31	8.0	41.2	СРБ	2020
Атого за прием пищи:		880	30.44	43.87	112.24	961.7		
Всего за день:				43.87	112.24	961.7		

Прием пищи	Caueson nemerial decide	10	Пище	вые вец	цества	Энергети-	Nº	0.5
The state of the s	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	рецеп- туры	Сборник рецептур
Неделя 1 День 2								
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1.4	6.0	8.2	93.4	52	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ	250	2.1	2.8	16.9	101.5	101	2011
ОБЕД	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	13.8	15.1	3.7	212.3	290	2011
and the late of th	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С М/СЛ	180/5	6.5	8.4	40.6	260.8	309	2011
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0.4	0.0	27.8	113.7	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.04	0.32	19.68	93.6	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6	0.31	8.0	41.2	СРБ	2020
Итого за прием пищи:	ищи:				124.88	916.5		
Всего за день:			28.84	32.93	124.88	916.5		

Прием пищи	Пишанна вет игова. Этергите	36	Пище	евые вец	цества	Энергети-		
еделя 1	Наименование блюда	Вес блюда	ODTINA	г Жиры, г Углевод ы, г		Neckan	DOMOG	Сборнин
Јень 3							700	
	САЛАТ «ОСЕННИЙ»	100	1.7	5.3	12.4	104.0	110	
EER	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2.3	5.3	16.4		142	2011
БЕД	ПЕЧЕНЬ ПО – СТРОГАНОВСКИ	100	13.6	10.8	7.5		96	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С М/СЛ	180/5	,10.0	10.3			255	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.1	0.1	44.5	169.96	302	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.04		9.5	40.7	342.1	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20		0.32	19.68	93.6	СРБ	2020
гого за прием пищи:			1.6	0.31	8.0	41.2	СРБ	2020
его за день:		875	32.34	32.43	117.98	761.86		
			32.34	32.43	117.98	761.86		

Прием пищи	Вас Тимиевые зециства — езециота с	is de sala	Пище	евые вец	цества	Энергети-	No.	
Неделя 1	Наименование блюда	Вес блюда	Mary Mary			ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборнин рецептур
День 4							9.7	\$
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1.4	10.04	7.00	10- 1		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	250	5.8		7.29	125.1	67	2011
ОБЕД	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ				19.0	147.3	102	2011
	РИС ОТВАРНОЙ С М/СЛ	110	10.4	9.6	12.9	181.6	239	2011
	СОК ФРУКТОВЫЙ	180/5	4.5	6.63	45.24	258.63	304	. 2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	. 0.9	0.2	18.2	82.2	389	2011
		60	4.56	0.48	29.52	140.4	СРБ	2020
того за прием пищи:	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	40	3.2	0.63	16.0	82.4	СРБ	
сего за день:		925	30.85	33.34	148.15	1017.63	CFB	2020
			30.85	33.34		1017.03		

Прием пищи	Пицаные вощества да	Bec	- Osepros	Пищевые вещес	тва	Энергети-		
Striker	Наименование блюда	C	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность,	№ рецеп-	Сборник рецептур
Іеделя 1 Іень 5					DI, I	, ккал	туры	Podomyp
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЁНЫМ	100	1.65	4.12	7.3	70.0	And the Second Property of the Second Propert	
	СУП ОВОЩНОЙ	250	1.6	5.0	9.1	72.9	53	2011
БЕД	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С	100/5			9.1	95.2	99	2011
	M/CJI	180/5	6.5	8.6	40.6	262.7	309	2011
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ С М/СЛ	100/5	17.2	35.6	8.19	332.74	267	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.1	0.1	0.5			2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.56		9.5	40.7	342.1	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	40		0.48	29.52	140.4	СРБ	2020
того за прием пищи:			3.2	0.63	16.0	82.4	СРБ	2020
сего за день:		920	34.9	54.53	120.21	1027.0		2020
			34.9	54.53	120.21	1027.0		

Прием пищи	Наименование блюве	Bec	Пище	евые вец	цества	Энергети-	Nº	Albani e da
Неделя 2	палменование опюда	блюда	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал		Сборник рецептур
День 6	OGEA	Обед	4				(R. S.)	To any
14 15 V	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	100	1.5	5.4	40 ==		4	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1.5		13.75			2011
бед	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С М/СЛ	100/5	1.8	5:0	12.3	102.1	82	2011
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ "АРТЕК" С М/СЛ		16.7	21.5	15.1	320.7	295	2011
	СОК ФРУКТОВЫЙ	180/5	4.7	8.3	28.2	205.8	303.3	2011
		180	- 0.9	0.2	18.2	82.2	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.04	0.32	19.68	93.6	СРБ	2020
гого за прием пищи:	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6	0.31	8.0	41.2	СРБ	2020
сего за день:		880	30.24	40.73	115.23	952.6	OLD	2020
			30.24	40.73	115.23	952.6		

Прием пищи	Рос Пищевые вещества. (Знескету	W_ +-	Пище	евые вец	1ества	Энергети-		
Неделя 2 Цень 7	Наименование блюда	Вес блюда	e south to have			Neckan	DOMOG	Сборник рецептур
100 100 100 100 100 100 100 100 100 100	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОРОХОВЫЙ	100	1.4	10.05	7.29	125.0	67	2011
БЕД	ФРИКАДЕЛЬКА ИЗ КУР С М/СЛ. КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С М/СЛ	250 100/5	5.8 13.0	5.4 19.6	19.0 7.7	147.3 259.6	102	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/5 180 40	10.0	0.0	44.5 27.8	169.96 113.7	302 349	2011
ого за прием пищи: его за день:	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6	0.32 0.31 45.98	19.68	93.6	СРБ СРБ	2020 2020
		330	35.24	45.98	133.97 133.97	950.36 950.36		

Прием пищи	Наименование брого	No parties	Пище	евые вец	цества	Энергети- №	No	
Неделя 2	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	рецеп- туры	Сборник рецептур
Цень 8								
	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	100	2.73	7.06	9.55	112.7	40	2011
ОБЕД	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2.3	5.3				
	ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ	100			16.4	122.4	96	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ		9.69		9.74	191.55	278	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	4.53	6.6	45.48	166.44	143	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	. 0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	60	4.56	0.48	29.52	140.4	СРБ	2020
Ітого за прием пищи:	WIED FAMILUM CPB	40	3.2	0.62	16.0	82.4	СРБ	2020
сего за день:		910	27.11	33.66	136.19	856.59	0. 0	2020
			27.11	33.66	136.19	856.59		

Прием пищи	Вис Вис Видевые нешества Внедгати-	No. 1	Пище	евые вец	цества	Энергети-	Nº	
н н заветемода	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Долигооты,	рецеп- туры	Сборник рецептур
Чеделя 2 Цень 9					141	ккал		
Maria DACQUER	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С ФАСОЛЬЮ	100	1.72	7.14	6.01	95.2	68	1 2014
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2.8		20.2		103	2011
	ЗРАЗЫ КУРИНЫЕ С ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ	100	12.8		2.4	114.8	6966	2020
	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕНЫЙ ДОЛЬКАМИ	180	4.68	16.32	36.24	317.16	147	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	- 0.4	0.0	27.8	113.7	349	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.04	0.32	19.68			2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	20	1.6			93.6	СРБ	2020
того за прием пищи:	170	870			8.0	41.2	СРБ	2020
сего за день:		870	27.04	32.19	120.33	892.76		
			27.04	32.19	120.33	892.76		

Прием пищи	Пиодезьне вещества — Эмергети-	100	Пище	вые вец	цества	Энергети-	Nº	05
Наминенти	Наименование блюда	Вес блюда	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	ческая ценность, ккал	рецеп- туры	Сборник рецептур
Неделя 2 День 10					THE			
CENO-S	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ	100	0.8	0	1.6	13.0	70/71	2011
(Apple)	СУП ОВОЩНОЙ	250	1.6	5.0	9.1	95.4	99	2011
обЕД	плов из птицы	250	20.7	26.6	51.0	527.6	291	2011
West Comment of the C	компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.56	0.48	19.52	140.4	СРБ	2020
	ХЛЕБ РЖАНОЙ СРБ	40	. 3.2	0.62	16.0	82.4	СРБ	2020
		880	30.96	32.8	106.72	899.5		
всего за день:			30.96	32.8	106.72	899.5		

MITORO DO DOMMEDLOMV MEDIC

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

CHARLESTON	omina Ja	predict	Пище	ства	Энергети-		
1000	Итого	HOUTE.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ческая ценность, ккал	
Итого за ве	сь период	9236.51	307,96	382,46	1235,9	9236,5	
Среднее зн	ачение за период	923.6	30.7	38.2	123.5	923.6	
December 11 to 11	е белков, жиров, уг риод в % от калори	леводов в йности	95.0	103.7	85.7	91.7	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Обед	
12-18 лет ОБЕД	889.5	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208044408491059958793522407239734469317027884169

Владелец Фращенко Татьяна Витальевна

Действителен С 01.09.2024 по 01.09.2025