

СОГЛАСОВАНО  
ТОУ Роспотребнадзора  
по Приморскому краю в г. Уссурийске

  
\_\_\_\_\_ Н. П. Валдевич



"УТВЕРЖДАЮ"  
ИП Григорян К.А.

  
\_\_\_\_\_ Григорян К.А.



Согласовано МБОУ ООШ с. Даниловка

Директор  \_\_\_\_\_ Левченко О.А.



Сезон: осеннее - зимний

**Примерное двухнедельное цикличное меню для обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей, семей, имеющих среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума и семей, находящихся в социально опасном положении семей находящихся в трудной жизненной ситуации, семей, относящихся к коренным малочисленным народам Севера, Сибири и Дальнего Востока, детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.**

СОГЛАСОВАНО

ТОУ Роспотребнадзора

по Приморскому краю в г. Уссурийске



Согласовано МБОУ ООШ с. Даниловка

Директор Левченко О.А.



Сезон: осеннее-зимний

**Примерное двухнедельное циклическое меню для обучающихся 5-11 класс**

**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ**

тех-ая и нор-ная документация	№ рецептуры	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества			этичес цен.	Витамины				Минеральные вещества			
				Б	Ж	У		(ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

**ПОНЕДЕЛЬНИК**

сб2011	207	Макаронные изделия отварные с м/с, с сыром	220	10,30	10,80	54,40	356	0	6	0	0,1	13,8	64,9	9,4	1
сб2011	567	Колбаса п/к	20	2,20	5,00	0,04	53,96	0,00	0,00	4,00	0,00	12,00	0,00	2,00	0,002
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
сб2008	380	Чай фруктовый	200	0,20	0,00	13,10	53,2	0,00	0,40	0,00	0,10	14,70	6,90	9,20	1,00
сб2008	б/н	Кондитерское изделие в ассортименте	50	6,70	3	29,20	186,9	0,6		6,00	0,19	17,40	54,00	12,00	1,26
		<b>ИТОГО</b>		<b>22,44</b>	<b>19,10</b>	<b>120,74</b>	<b>760,92</b>	<b>0,65</b>	<b>6,40</b>	<b>10,00</b>	<b>0,69</b>	<b>64,80</b>	<b>151,00</b>	<b>42,50</b>	<b>3,82</b>

**ВТОРНИК**

сб2011	642	Куры запеченные с овощами, соусом	100/20	18,69	20,08	19,58	333,8	0,142	9,38	0,114	5,45	35,71	376,42	50,24	5,14
--------	-----	-----------------------------------	--------	-------	-------	-------	-------	-------	------	-------	------	-------	--------	-------	------



с62011	299	Пюре картофельное с м/с	200	1,60	3,00	28,50	147,4	0,06	13,73	0,00	0,20	47,30	112,26	38,60	1,60
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
с62015	86/83	Овощная нарезка	60	0,50	0,10	1,40	8,5	0,00	6,00	0,00	1,00	13,80	8,40	25,20	0,60
с62008	376	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,10	61,2	0,00	0,00	0,00	0,00	13,40	6,20	8,20	0,80
с62005	338/33	Фрукты	100	0,52	0,52	12,74	57,72	0,00	13,00	0,00	0,78	20,80	14,30	10,40	2,86
		<b>ИТОГО</b>		<b>24,03</b>	<b>23,48</b>	<b>88,58</b>	<b>661,76</b>	<b>0,25</b>	<b>29,11</b>	<b>0,11</b>	<b>6,95</b>	<b>117,11</b>	<b>528,48</b>	<b>132,14</b>	<b>8,70</b>

### СРЕДА

с62011	1033	Пельмени мясные промышленного производства с м/с	200	19,24	19,00	56,00	472	0,24	0,00	0,02	0,08	57,9	159,7	32,6	2,10
с62008	380	Чай фруктовый	200	0,20	0,00	13,10	53,2	0,00	0,40	0,00	0,10	14,70	6,90	9,20	1,00
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
с62015	86/83	Овощная нарезка	60	0,50	0,10	1,40	8,5	0,00	6,00	0,00	1,00	13,80	8,40	25,20	0,60
		<b>ИТОГО</b>		<b>22,98</b>	<b>19,40</b>	<b>94,50</b>	<b>644,52</b>	<b>0,29</b>	<b>6,40</b>	<b>0,02</b>	<b>1,48</b>	<b>93,34</b>	<b>200,22</b>	<b>76,90</b>	<b>4,26</b>

### ЧЕТВЕРГ

с62011	608	Котлета мясная	100	13,20	13,05	17,06	238,5	0,10	2,6	0,03	0,027	39,60	152,28	19,32	1,56
с62011	759	Соус основной красный	30	0,02	1,44	1,80	20,23	0,00	0,04	0,05	0,00	3,35	3,15	1,75	0,05
с62015	304	Рис отварной с м/с	200	5,50	7,00	46,80	272,2	0,13	0,00	0,00	0,53	14,26	37,74	109,86	19,20
с62015	70/72	Овощная нарезка	60	0,49	0,09	1,39	8,33	0,00	6,00	0,00	0,10	13,80	8,40	25,20	0,60
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
сб 2018	15	Кисель из концентрата п/я	200	0,01		22,00	88,04					4,40		0,06	7,70
		<b>ИТОГО</b>		<b>22,26</b>	<b>21,88</b>	<b>113,05</b>	<b>738,15</b>	<b>0,28</b>	<b>8,64</b>	<b>0,08</b>	<b>0,96</b>	<b>82,31</b>	<b>226,77</b>	<b>166,09</b>	<b>29,67</b>

### ПЯТНИЦА

с62005	536	Сосиска отварная	100	10,61	17,00	16,25	260,4	0,00	0,00	0,00	0,00	31,50	16,08	143,00	1,63
с62008	359	Макаронные изделия	200	7,36	3,00	35,26	197,5	0,08	0,00	28,00	0,03	6,48	49,56	28,16	1,48
с62011	759	Соус основной красный	25	0,15	1,20	1,50	17,4	0,00	0,35	0,05	0,00	3,35	3,15	1,75	0,05
с62015	86/83	Овощная нарезка	60	0,49	0,09	1,39	8,33	0,00	6,00	0,00	0,10	13,80	8,40	25,20	0,60
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
с62008	376	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,10	61,2	0,00	0,00	0,00	0,00	13,40	6,20	8,20	0,80
с62005	338/33	Фрукты	100	0,52	0,52	12,74	57,72	0,00	13,00	0,00	0,78	20,80	14,30	10,40	2,86
		<b>ИТОГО</b>		<b>22,37</b>	<b>22,11</b>	<b>106,24</b>	<b>713,43</b>	<b>0,13</b>	<b>19,35</b>	<b>28,05</b>	<b>1,21</b>	<b>96,23</b>	<b>122,89</b>	<b>226,61</b>	<b>7,98</b>

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ**

тех-ая и нор-ная документация	№ рецептуры	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая цен.	Витамины				Минеральные вещества			
				Б	Ж	У	(ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
				5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ**

**ПОНЕДЕЛЬНИК**

пр пр-ва		Вареники отварные с картофелем п/п	200	8,60	11,30	64,00	392,1	0,20	1,00	0,20	0,60	199,60	224,63	57,02	0,70
сб2011	567	Колбаса п/к	20	2,20	5,56	0,04	59	0,00	0,00	4,00	0,00	12,00	0,00	2,00	0,002
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
сб2008	376	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,10	61,2	0,00	0,00	0,00	0,00	13,40	6,20	8,20	0,80
сб2008	б/н	Кондитерское изделие в ассортименте	50	4,50	3	29,20	161,8	0,6		6,00	0,19	17,40	54,00	12,00	1,26
		<b>ИТОГО</b>		<b>18,54</b>	<b>20,16</b>	<b>132,34</b>	<b>784,96</b>	<b>0,85</b>	<b>1,00</b>	<b>10,20</b>	<b>1,09</b>	<b>249,30</b>	<b>310,03</b>	<b>89,12</b>	<b>3,32</b>

**ВТОРНИК**

сб2008	332	Плов	250	18	21,42	54	480,8	0,11	11,93	0	9,72	24,05	228,65	56,6	2,78
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
сб2015	69/68	Огурец соленый/свежий	40	0,50	1,00	1,40	16,6	0,00	6,00	0,00	1,00	13,80	8,40	25,30	0,60
сб2008	376	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,10	61,2	0,00	0,00	0,00	0,00	13,40	6,20	8,20	0,80
сб2005	338/33	Фрукты	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,00	13,00	0,00	0,78	20,80	14,30	10,40	2,86
		<b>ИТОГО</b>		<b>22,26</b>	<b>23,24</b>	<b>107,24</b>	<b>727,16</b>	<b>0,16</b>	<b>30,93</b>	<b>0,00</b>	<b>11,80</b>	<b>78,95</b>	<b>282,75</b>	<b>110,40</b>	<b>7,60</b>

**СРЕДА**

сб2008	294	Жаркое по- домашнему	250	10,58	15,00	13,00	229,32	0,20	38,59	0,03	8,16	28,7	195,3	53,2	2,98
сб2015	70/72	Овощная нарезка	60	0,49	0,09	1,39	8,33	0,00	6,00	0,00	0,10	13,80	8,40	25,20	0,60
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
сб2015	256	Булочка Лакомка	80	8,60	5,58	34,00	220,62	0,17	3,20	0,02	1,00	12,46	55,81	10,75	0,82
сб2007	349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,8	0,12	26,48	110,2	0,02	0,56		0,04	35,6	29,94	22,34	0,78
		<b>ИТОГО</b>		<b>23,51</b>	<b>21,09</b>	<b>98,87</b>	<b>679,33</b>	<b>0,44</b>	<b>48,35</b>	<b>0,05</b>	<b>9,60</b>	<b>97,50</b>	<b>314,63</b>	<b>121,36</b>	<b>5,74</b>

**ЧЕТВЕРГ**



с62008	359	Макаронные изделия отварные с м/с	200	7,36	6,02	35,26	224,7	0,08	0,00	28,00	0,03	6,48	49,56	28,16	1,48
с62005	536	Сосиска отварная	100	10,61	14,60	16,25	238,8	0,00	0,00	0,00	0,00	31,50	16,08	143,00	1,63
с62011	759	Соус основной красный	25	0,15	1,20	1,50	17,4	0,00	0,35	0,05	0,00	3,35	3,15	1,75	0,05
с62015	86/83	Овощная нарезка	60	0,49	0,09	1,39	8,33	0,00	6,00	0,00	0,10	13,80	8,40	25,20	0,60
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
сб 2018	15	Кисель из концентрата п/я	200	0,01		22,00	88,04					4,40		0,06	7,70
		<b>ИТОГО</b>		<b>21,66</b>	<b>22,21</b>	<b>100,40</b>	<b>688,13</b>	<b>0,13</b>	<b>6,35</b>	<b>28,05</b>	<b>0,43</b>	<b>66,43</b>	<b>102,39</b>	<b>208,07</b>	<b>12,02</b>

**ПЯТНИЦА**

с62011	667	Котлета из мяса птицы	100	12,00	12,05	17,06	224,7	0,10	2,6	0,03	0,027	39,60	152,28	19,32	1,56
с62008	353	Каша гречневая с м/с	200	5,40	5,08	17,00	135,3	0,24	0,00	0,02	14,80	17,30	278,00	90,00	5,26
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
с62008	б/н	Кондитерское изделие в ассортименте	40	0,98	3,92	13,00	91,2	0,4		4,00	0,13	11,60	36,00	8,00	0,84
с62007	349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,8	0,12	26,48	110,2	0,02	0,56		0,04	35,6	29,94	22,34	0,78
с62005	338/33	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,4	0,00	10,00	0,00	0,60	16,00	11,00	8,00	2,20
		<b>ИТОГО</b>		<b>22,22</b>	<b>21,47</b>	<b>97,54</b>	<b>716,67</b>	<b>0,81</b>	<b>3,16</b>	<b>4,05</b>	<b>15,30</b>	<b>111,00</b>	<b>521,42</b>	<b>149,56</b>	<b>9,00</b>