



**Основное (организованное) 10- дневное меню
(завтрак и обед)
для обучающихся 12 лет и старше
общеобразовательных учреждений
Кушевского района**

2025

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)

Категория: Завтрак+Обед 12лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г		Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	Пл. цена, руб.
				Б	Б				
День 1									
214(583)	ЗАВТРАК	Каша манная вязкая	200	10,00		9,10	60,00	327	19,33
149	ЗАВТРАК	Масло сливочное порционное	10	0,08		7,25	0,13	60	11,50
573	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	20	1,52		0,16	9,84	47	1,64
б/н	ЗАВТРАК	Хлебобулочные изделия(пирожок)	50	6,35		3,65	17,50	125	43,00
457(583)	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	180	0,00		0,00	14,00	55	1,60
82(583)	ЗАВТРАК	Яблоки	100	0,00		0,00	10,00	44	10,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			560	17,95		20,16	111,47	658	87,06
16(583)	ОБЕД	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,87		2,11	2,64	38	20,94
127(583)	ОБЕД	Суп гороховый	250	7,60		6,73	22,17	171	12,05
323(583)	ОБЕД	Рагу из мяса	280	18,20		25,20	28,00	431	68,70
573(583)	ОБЕД	Хлеб пшеничный	65	4,94		0,52	32,50	153	5,32
574(583)	ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,72		0,52	16,00	80	3,92
501(583)	ОБЕД	Сок фруктовый	180	0,00		0,00	23,94	83	11,70
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			915	34,33		35,08	125,25	956	122,62
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1475	52,28		55,24	236,72	1614	209,69

[illegible]

[illegible]

День	Вид пищи	Количество	Цена за единицу	Сумма
237(583)	ЗАВТРАК	200	6,66	4,00
149	ЗАВТРАК	10	0,08	7,25
75(583)	ЗАВТРАК	18	4,14	5,40
267(583)	ЗАВТРАК	40	4,00	3,20
573	ЗАВТРАК	37	2,81	0,30
462(583)	ЗАВТРАК	200	5,22	5,48
82(583)	ЗАВТРАК	100	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		605	22,91	25,63
53(583)	ОБЕД	100	2,57	1,61
113(583)	ОБЕД	250	5,00	5,62
327(583)	ОБЕД	100	11,00	11,00
258(583)	ОБЕД	180	5,40	10,80
573(583)	ОБЕД	65	4,94	0,52
574(583)	ОБЕД	40	2,72	0,52
495(583)	ОБЕД	200	0,34	0,02
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		935	31,97	30,09
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1540	54,88	55,72
День 7				
12(788)	ЗАВТРАК	100	2,14	1,39
299(583)	ЗАВТРАК	100	9,80	10,20
377(583)	ЗАВТРАК	180	3,76	9,00
573	ЗАВТРАК	37	2,81	0,30
574(583)	ЗАВТРАК	38	2,58	0,49
1	ЗАВТРАК	180	0,14	0,14
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		635	21,23	21,52
149(583)	ОБЕД	100	0,80	0,10
98(583)	ОБЕД	250	2,95	2,00
203(788)	ОБЕД	280	16,80	19,60
573(583)	ОБЕД	65	4,94	0,52
574(583)	ОБЕД	40	2,72	0,52
470(583)	ОБЕД	200	5,80	5,00
82(583)	ОБЕД	100	0,00	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		1035	34,01	27,74
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1670	55,24	49,26

День 8		Икра кабачковая(промышленного производства)	100	1,00	5,00	9,00	93	15,91
150 (583)	ЗАВТРАК							
375(583)	ЗАВТРАК	Плов из отварной птицы	200	12,22	10,00	25,56	280	42,13
149	ЗАВТРАК	Масло сливочное порционное	10	0,08	7,25	0,13	60	11,50
573	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	37	2,81	0,30	18,20	87	3,03
574(583)	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	38	2,58	0,49	15,20	76	3,72
457(583)	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	14,00	55	1,60
82(583)	ЗАВТРАК	Яблоки	100	0,00	0,00	10,00	44	10,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			665	18,69	23,04	92,09	695	87,89
149(583)	ОБЕД	Горошек зеленый консервированный	100	3,00	0,20	6,80	67	25,03
56	ОБЕД	Суп лапша домашняя	250	4,93	11,25	15,70	188	10,18
374(583)	ОБЕД	Котлеты рубленные из птицы	110	12,10	9,90	10,60	199	44,22
380(583)	ОБЕД	Капуста тушеная	180	4,97	5,15	32,40	173	26,13
573(583)	ОБЕД	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	32,50	153	5,32
574(583)	ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	16,00	80	3,92
501(583)	ОБЕД	Сок фруктовый	180	0,00	0,00	23,94	83	11,70
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			925	32,66	27,54	137,94	942	126,50
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1590	51,35	50,58	230,03	1638	214,39
День 9								
9(583)	ЗАВТРАК	Салат из квашеной капусты с луком	100	1,69	3,10	3,11	45	17,57
328(583)	ЗАВТРАК	Жаркое по-домашнему	200	16,00	20,00	33,44	340	41,50
573	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	37	2,81	0,30	18,20	87	3,03
574(583)	ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	38	2,58	0,49	15,20	76	3,72
465(583)	ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	4,23	4,64	14,40	122	12,59
82(583)	ЗАВТРАК	Яблоки	100	0,00	0,00	10,00	44	10,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			655	27,31	28,53	94,35	715	88,40
26(583)	ОБЕД	Салат из свеклы отварной	100	1,00	2,00	11,40	75	6,40
118(583)	ОБЕД	Суп крестьянский с крупой рисовой	250	2,50	16,63	37,50	110	14,26
367(583)	ОБЕД	Птица в соусе с томатом	100	15,36	11,45	4,02	174	41,28
258(583)	ОБЕД	Макаронные изделия отварные с овощами	180	5,40	10,80	38,79	265	17,17
573(583)	ОБЕД	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	32,50	153	5,32
574(583)	ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	16,00	80	3,92
495(583)	ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,34	0,02	20,00	88	2,32
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			935	32,26	41,94	160,21	945	90,67
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1590	59,57	70,47	254,56	1660	179,08

День 10								
279(583)	ЗАВТРАК	Запеканка из творога	205	18,45	10,25	36,90	375	66,29
тк 178	ЗАВТРАК	Соус сметанный сладкий	25	0,95	2,34	4,50	43	4,82
75(583)	ЗАВТРАК	Сыр полутвердый (порция)	18	4,14	5,40	0,00	63	17,10
149	ЗАВТРАК	Масло сливочное порционное *	10	0,08	7,25	0,13	60	11,50
573	ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	1,64
1	ЗАВТРАК	Чай фруктовый	180	0,14	0,14	18,00	72	5,77
82(583)	ЗАВТРАК	Яблоки	100	0,00	0,00	10,00	44	10,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			558	25,28	25,54	79,37	704	117,11
25(583)	ОБЕД	Салат из моркови с зеленым горошком	100	4,66	6,00	10,69	108	19,09
95(583)	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	2,95	5,00	16,88	138	10,97
308(583)	ОБЕД	Котлеты рыбные любительские	100	10,26	9,93	8,26	159	30,04
152(583)	ОБЕД	Картофель отварной с маслом	180	3,67	7,99	36,11	216	22,35
573(583)	ОБЕД	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	32,50	153	5,32
574(583)	ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	16,00	80	3,92
501(583)	ОБЕД	Сок фруктовый	180	0,00	0,00	23,94	83	11,70
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			915	29,20	29,96	144,38	937	103,38
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1473	54,48	55,50	223,75	1641	220,49