



Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 154

О.В. Валамина



Утверждаю директор

ООО «Комбинат общественного питания

О.Ю. Козырева

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ Г. ЕКАТЕРИНБУРГ
НА ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ 2025-2026 УЧЕБНОГО ГОДА
за счет средств родительской платы одноразовое питание
5-11 КЛАСС суп**

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Меню 12лет и старше (только суп) Екاته Неделя: 1 День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп с вермишелью	250	2,42	2	17,43	100,8	1 039
Итого за Обед		250	2,42	2	17,43	100,8	
Итого за день		250	2,42	2	17,43	100,8	

(лист 2)

Рацион: Меню 12лет и старше (только суп) Екате Неделя: 1 День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6	139
Итого за Обед		250	5,88	6	21,48	166,6	
Итого за день		250	5,88	6	21,48	166,6	

(лист 3)

Рацион: Меню 12лет и старше (только суп) Екате Неделя: 1 День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,7	6	17,8	139,2	1 030
Итого за Обед		250	2,7	6	17,8	139,2	
Итого за день		250	2,7	6	17,8	139,2	

(лист 4)

Рацион: Меню 12лет и старше (только суп) Екате Неделя: 1 День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,91	7	13,68	124,4	1 021
Итого за Обед		250	1,91	7	13,68	124,4	
Итого за день		250	1,91	7	13,68	124,4	

(лист 5)

Рацион: Меню 12лет и старше (только суп) Екате Неделя: 1 День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	6	9,14	132,5	124
Итого за Обед		250	1,9	6	9,14	132,5	
Итого за день		250	1,9	6	9,14	132,5	

(лист 6)

Рацион: Меню 12лет и старше (только суп) Екате Неделя: 2 День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6	139
Итого за Обед		250	5,88	6	21,48	166,6	
Итого за день		250	5,88	6	21,48	166,6	

(лист 7)

Рацион: Меню 12лет и старше (только суп) Екате

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Рассольник домашний со сметаной	250	2,27	6	13,85	120,9	1 175
Итого за Обед		250	2,27	6	13,85	120,9	
Итого за день		250	2,27	6	13,85	120,9	

(лист 8)

Рацион: Меню 12лет и старше (только суп) Екате

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	1,91	7	13,68	124,4	1 021
Итого за Обед		250	1,91	7	13,68	124,4	
Итого за день		250	1,91	7	13,68	124,4	

(лист 9)

Рацион: Меню 12лет и старше (только суп) Екате

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137	1 058
Итого за Обед		250	2,97	7	16,43	137	
Итого за день		250	2,97	7	16,43	137	

(лист 10)

Рацион: Меню 12лет и старше (только суп) Екате

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,48	6	15,3	137,6	1 015
Итого за Обед		250	5,48	6	15,3	137,6	
Итого за день		250	5,48	6	15,3	137,6	
Итого за период		2 500	33,32	59	160,27	1350	
Среднее значение за период		250	3,3	5,9	16	135	

Составил _____

Утвердил _____