

Согласовано

Директор МБОУ - 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 2023-2024 УЧЕБНОГО ГОДА
за счет средств родительской платы одноразовое питание (обед)**

5-11 КЛАСС суп

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р суп

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5	1 021
Итого за Обед		250	3,79	7	17,34	147,5	
Итого за день		250	3,79	7	17,34	147,5	

(лист 2)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р суп

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	147,5	1 016
	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60	943
Итого за Обед		265	4,47	5	27,49	207,5	
Итого за день		265	4,47	5	27,49	207,5	

(лист 3)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р суп

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп картофельный со сметаной	250	2,68	4	20,28	130,2	84
	Мясо птицы отварное	10	2,38	2	0,1	24,5	826
Итого за Обед		260	5,06	6	20,38	154,7	
Итого за день		260	5,06	6	20,38	154,7	

(лист 4)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р суп

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,7	1 030
Итого за Обед		250	2,64	6	18,77	148,7	
Итого за день		250	2,64	6	18,77	148,7	

(лист 5)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р суп

Неделя: 1

День: пятница

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	156,6	139
Итого за Обед		250	5,88	6	21,48	156,6	
Итого за день		250	5,88	6	21,48	156,6	

(лист 6)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р суп

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп с макаронными изделиями	250	2,51	5	15,22	119,1	1 014
Итого за Обед		250	2,51	5	15,22	119,1	
Итого за день		250	2,51	5	15,22	119,1	

(лист 7)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р суп

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп из овощей	250	1,91	4	11,17	90,4	1 165
Итого за Обед		250	1,91	4	11,17	90,4	
Итого за день		250	1,91	4	11,17	90,4	

(лист 8)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р суп

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Щи из свежей и морской капусты с картофелем со сметаной	250	2,15	6	10,56	109,4	1 048
Итого за Обед		250	2,15	6	10,56	109,4	
Итого за день		250	2,15	6	10,56	109,4	

(лист 9)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р суп

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Солянка домашняя со сметаной	250	5,73	13	9,54	184,4	157
Итого за Обед		250	5,73	13	9,54	184,4	
Итого за день		250	5,73	13	9,54	184,4	

(лист 10)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс 25р суп

Неделя: 2

День: пятница

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	
Итого за период		2 525	37,11	65	168,38	1455,3	
Среднее значение за период		252,5	3,7	6,5	16,8	145,5	

Составил _____ Сысоенко Анаст

Утвердил _____