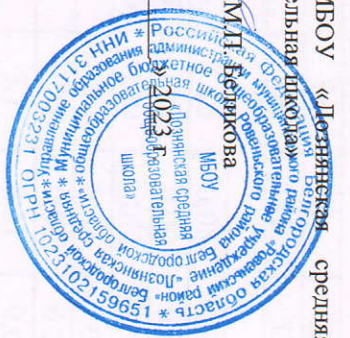


Утверждаю:  О.Е. Гальщикова
 ООО «Север» ОГРН 503012208
 от « 29.12.2023 » 2023 г.

Примерное меню школьных обедов на 2024 год для обучающихся с 12 лет и старше

№	Наименование	Единица измерения	Количество	Цена за единицу	Итого
1	Суп овощной	порция	120	1,7	204,0
2	Суп куриный	порция	120	1,8	216,0
3	Суп мясной	порция	120	1,9	228,0
4	Суп рыбный	порция	120	2,0	240,0
5	Суп грибной	порция	120	2,1	252,0
6	Суп картофельный	порция	120	2,2	264,0
7	Суп гороховый	порция	120	2,3	276,0
8	Суп фасовый	порция	120	2,4	288,0
9	Суп перловый	порция	120	2,5	300,0
10	Суп пшеничный	порция	120	2,6	312,0
11	Суп овсяный	порция	120	2,7	324,0
12	Суп гречневый	порция	120	2,8	336,0
13	Суп ржаной	порция	120	2,9	348,0
14	Суп пшенично-ржаной	порция	120	3,0	360,0
15	Суп пшенично-овсяный	порция	120	3,1	372,0
16	Суп пшенично-гречневый	порция	120	3,2	384,0
17	Суп пшенично-перловый	порция	120	3,3	396,0
18	Суп пшенично-гороховый	порция	120	3,4	408,0
19	Суп пшенично-фасовый	порция	120	3,5	420,0
20	Суп пшенично-пшеничный	порция	120	3,6	432,0
21	Суп пшенично-пшенично-ржаной	порция	120	3,7	444,0
22	Суп пшенично-пшенично-овсяный	порция	120	3,8	456,0
23	Суп пшенично-пшенично-гречневый	порция	120	3,9	468,0
24	Суп пшенично-пшенично-перловый	порция	120	4,0	480,0
25	Суп пшенично-пшенично-гороховый	порция	120	4,1	492,0
26	Суп пшенично-пшенично-фасовый	порция	120	4,2	504,0
27	Суп пшенично-пшенично-пшеничный	порция	120	4,3	516,0
28	Суп пшенично-пшенично-пшенично-ржаной	порция	120	4,4	528,0
29	Суп пшенично-пшенично-пшенично-овсяный	порция	120	4,5	540,0
30	Суп пшенично-пшенично-пшенично-гречневый	порция	120	4,6	552,0
31	Суп пшенично-пшенично-пшенично-перловый	порция	120	4,7	564,0
32	Суп пшенично-пшенично-пшенично-гороховый	порция	120	4,8	576,0
33	Суп пшенично-пшенично-пшенично-фасовый	порция	120	4,9	588,0
34	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшеничный	порция	120	5,0	600,0
35	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-ржаной	порция	120	5,1	612,0
36	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-овсяный	порция	120	5,2	624,0
37	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-гречневый	порция	120	5,3	636,0
38	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-перловый	порция	120	5,4	648,0
39	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-гороховый	порция	120	5,5	660,0
40	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-фасовый	порция	120	5,6	672,0
41	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшеничный	порция	120	5,7	684,0
42	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-ржаной	порция	120	5,8	696,0
43	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-овсяный	порция	120	5,9	708,0
44	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-гречневый	порция	120	6,0	720,0
45	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-перловый	порция	120	6,1	732,0
46	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-гороховый	порция	120	6,2	744,0
47	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-фасовый	порция	120	6,3	756,0
48	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшеничный	порция	120	6,4	768,0
49	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-ржаной	порция	120	6,5	780,0
50	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-овсяный	порция	120	6,6	792,0
51	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-гречневый	порция	120	6,7	804,0
52	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-перловый	порция	120	6,8	816,0
53	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-гороховый	порция	120	6,9	828,0
54	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-фасовый	порция	120	7,0	840,0
55	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшеничный	порция	120	7,1	852,0
56	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-ржаной	порция	120	7,2	864,0
57	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-овсяный	порция	120	7,3	876,0
58	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-гречневый	порция	120	7,4	888,0
59	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-перловый	порция	120	7,5	900,0
60	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-гороховый	порция	120	7,6	912,0
61	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-фасовый	порция	120	7,7	924,0
62	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшеничный	порция	120	7,8	936,0
63	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-ржаной	порция	120	7,9	948,0
64	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-овсяный	порция	120	8,0	960,0
65	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-гречневый	порция	120	8,1	972,0
66	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-перловый	порция	120	8,2	984,0
67	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-гороховый	порция	120	8,3	996,0
68	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-фасовый	порция	120	8,4	1008,0
69	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшеничный	порция	120	8,5	1020,0
70	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-ржаной	порция	120	8,6	1032,0
71	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-овсяный	порция	120	8,7	1044,0
72	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-гречневый	порция	120	8,8	1056,0
73	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-перловый	порция	120	8,9	1068,0
74	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-гороховый	порция	120	9,0	1080,0
75	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-фасовый	порция	120	9,1	1092,0
76	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшеничный	порция	120	9,2	1104,0
77	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-ржаной	порция	120	9,3	1116,0
78	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-овсяный	порция	120	9,4	1128,0
79	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-гречневый	порция	120	9,5	1140,0
80	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-перловый	порция	120	9,6	1152,0
81	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-гороховый	порция	120	9,7	1164,0
82	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-фасовый	порция	120	9,8	1176,0
83	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшеничный	порция	120	9,9	1188,0
84	Суп пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-пшенично-ржаной	порция	120	10,0	1200,0

Согласовано:
 Директор МБОУ «Лознянская средняя общеобразовательная школа»
 М.П. Козлова
 от « 29.12.2023 » 2023 г.



№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Минер. вещества (мг)			Витамины (мг)		
			Б	Ж	У		Са	Fe	B ₁	B ₂	С	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1 день Понедельник												
1	54, ТТК 19	Борш с капустой и картофелем	1/250	2,32	8,25	13,57	137,5	50,6	1,15	0,05	0,08	8,18
2	ТТК 162	Паста с мясными фрикадельками	1/200/70/30	12,0	15,0	34,56	300,0	27,87	0,43	0,04	0,01	1,83
3	25, ТТК 66	Салат из свежлы	1/60	3,24	8,52	4,32	106,8	21,09	0,79	0,012	0,024	5,7
4	436, ТТК27	Напиток лимонный	1/200	0,1	0	24,2	93,0	12,0	0	0,02	0	19,5
5		Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	106,8	6,67	0,37	0,03	0,06	0,73
6		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	2,31	0,42	11,31	60,3	23,0	3,1	0,11	0,03	0
Итого				23,92	32,69	112,11	804,4	141,23	5,84	0,262	0,204	35,94
2 день Вторник												
1	167, ТТК35	Суп картофельный с клецками	1/250/65	10,55	4,9	11,57	178,65	34,6	2,3	0,11	0,14	6,91
2	ТТК 12	Каша пшенная с маслом	1/150/5	6,6	4,92	37,08	223,2	66,52	2,23	0,255	0,06	8,65
3	ТТК 143	Денивые голубцы со сметанным соусом (формовые)	1/100	7,07	4,54	10,1	109,2	30,12	0,81	0,04	0,07	10,0
4	ТТК 26	Икра кабачковая	1/60	18,0	8,1	0	86,4	36,9	0,63	0,018	0,045	6,3
5	ТТК 30	Компот из сухофруктов	1/200	1,0	0,06	27,5	110,0	28,5	1,1	0,1	0,1	28,5
6		Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	106,8	6,67	0,37	0,03	0,06	0,73
7		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	2,31	0,42	11,31	60,3	23,0	3,1	0,11	0,03	0
Итого				49,48	23,44	121,71	874,55	226,31	10,54	0,663	0,505	61,09
3 день Среда												
1	ТТК 28	Суп гороховый	1/250	3,2	1,77	12,73	80,67	55,15	3,14	0,15	0,15	7,23
2	ТТК 163	Рагу из птицы	1/250	11,32	14,62	21,43	262,28	31,27	2,16	0,13	0,13	11,9
3	ТТК 75	Нарезка из соленого огурца	1/60	1,1	2,25	5,25	45,5	13,8	0,36	0,01	0,012	3
4	ТТК 34.1	Кисель	1/200	0	0	14,0	52,6	0,16	0	0	0	0
5		Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	106,8	6,67	0,37	0,03	0,06	0,73
6		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	2,31	0,42	11,31	60,3	23,0	3,1	0,11	0,03	0
Итого				21,88	19,56	88,87	608,15	130,05	9,13	0,43	0,382	22,86
4 день Четверг												
1	113, ТТК164	Суп-лапша домашняя с птицей отварной	1/250/15	8,7	8,77	23,67	208,45	43,8	1,25	0,23	0,21	5,3
2	165, ТТК38	Каша гречневая с маслом	1/150/5	8,4	4,45	52,11	334,8	12,94	4,2	0,18	0,1	0
3	ТТК 165	Оладьи из пчени	1/100	24,25	11,62	9,75	240,62	10,25	8,94	0,4	2,77	13,2
4	ТТК 17	Салат из свежей капусты (до 01.03.2024)	1/60	1,1	2,25	5,25	45,5	20,98	0,25	0,01	0,01	16,5
5	ТТК 47	Капуста тушеная (с 01.03.2024)	1/50									
5	ТТК 23	Чай с лимоном	1/200	0,1	0,02	9,9	35,0	130,69	0,5	0,04	0,06	0,09
6		Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	106,8	6,67	0,37	0,03	0,06	0,73

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
7		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	2,31	0,42	11,31	60,3	23,0	3,1	0,11	0,03	
Итого				48,81	28,03	136,14	1031,47	248,33	18,61	1,0	3,24	35,82
5 день	Пятница											
1	67, ТТК 37	Пи из свежей капусты с картофелем	1/250	1,75	4,87	8,47	84,75	43,33	0,8	0,05	0,05	18,48
2	124, ТТК 1	Каша перловая рассыпчатая	1/150/5	4,56	3,6	31,68	180,0	58,26	1,3	0,04	0,04	0,85
3	ТТК 32	Рыба тушеная с овощами	1/100	10,04	5,07	2,73	100,0	21,6	0,84	0,02	0,08	4,04
4	ТТК 33.1	Винегрет овощной	1/60	0,82	3,7	5,06	54,96	15,48	0,45	0,03	0,02	7,56
5		Сок фруктовый	1/200	0	0	24,0	96,0	14,0	2,8	0,02	0,02	4,0
6		Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	106,8	6,67	0,37	0,03	0,06	0,73
7		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	2,31	0,42	11,31	60,3	23,0	3,1	0,11	0,03	0
Итого				23,43	18,16	107,4	682,81	182,34	9,66	0,3	0,3	35,66
6 день	Понедельник											
1	ТТК 42	Суп картофельный с крупой гречневой	1/250	2,0	1,92	14,5	85,0	11,85	0,7	0,08	0,05	5,25
2	ТТК 166	Макароны отварные с маслом	1/150/5	5,47	4,17	33,25	196,30	130,69	0,5	0,04	0,06	0,09
3	ТТК 143	Ленивые голубцы со сметанным соусом (формовые)	1/100	7,07	4,54	10,1	109,2	30,12	0,81	0,04	0,07	10,0
4	ТТК 26	Икра кабачковая	1/60	18,0	8,1	0	86,4	36,9	0,63	0,018	0,045	6,3
5	ТТК 34.1	Кисель	1/200	0	0	14,0	52,6	0,16	0	0	0	0
6		Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	106,8	6,67	0,37	0,03	0,06	0,73
7		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	2,31	0,42	11,31	60,3	23,0	3,1	0,11	0,03	0
Итого				38,8	19,65	107,31	696,6	239,39	6,11	0,318	0,315	22,37
7 день	Вторник											
1	67, ТТК 37	Пи из свежей капусты с картофелем	1/250	1,75	4,87	8,47	84,75	43,33	0,8	0,05	0,05	18,48
2	125, ТТК 4	Каша пшеничная	1/150/5	6,96	3,9	41,1	219,0	89,92	1,56	0,15	0,075	8,47
3	ТТК 167	Фрикадельки, тушеные в томатном соусе	1/90/30	14,9	13,01	10,76	220,8	34,32	0,76	0,33	0,08	0,44
4	ТТК 17	Салат из свежей капусты (до 01.03.2024)	1/60	1,1	2,25	5,25	45,5	20,98	0,25	0,01	0,01	16,5
	ТТК 47	Капуста тушеная (с 01.03.2024)	1/50									
5	ТТК 30	Компот из сухофруктов	1/200	1,0	0,06	27,5	110,0	28,5	1,1	0,1	0,1	28,5
6		Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	106,8	6,67	0,37	0,03	0,06	0,73
7		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	2,31	0,42	11,31	60,3	23,0	3,1	0,11	0,03	0
Итого				31,97	25,01	128,54	847,15	246,72	7,94	0,78	0,405	73,12
8 день	Среда											
1	ТТК 168	Суп картофельный с крупой перловой	1/250	10,0	5,0	8,0	117,8	17,98	2,11	0,045	0,46	2,58
2	165, ТТК 38	Каша гречневая с маслом	1/150/5	8,4	4,45	52,11	334,8	12,94	4,2	0,18	0,1	0
3	ТТК 151	Котлета рыбная лобительская	1/100	16,09	2,23	4,28	98,37	44,5	0,42	0,01	0,13	0,44
4	ТТК 75	Нарезка из соленого огурца	1/60	1,1	2,25	5,25	45,5	13,8	0,36	0,01	0,012	3
5	ТТК 23	Чай с лимоном	1/200	0,1	0,02	9,9	35,0	130,69	0,5	0,04	0,06	0,09

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
		Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	106,8	6,67	0,37	0,03	0,06	0,73
		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	2,31	0,42	11,31	60,3	23,0	3,1	0,11	0,03	0
Итого				41,95	14,87	115	798,57	249,58	11,06	0,425	0,852	6,84

9 день Четверг

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	161, ТТК 169	Суп полевой	1/250	3,8	14,8	23,0	233,8	18,75	1,25	0,15	0,075	8,5	
	ТТК 170	Плов из птицы	1/250	23,21	27,22	49,19	534,97	46,13	2,88	0,85	0,82	4,47	
	25, ТТК 66	Салат из свежлы	1/60	3,24	8,52	4,32	106,8	21,09	0,79	0,012	0,024	5,7	
	ТТК 34.1	Кисель	1/200	0	0	14,0	52,6	0,16	0	0	0	0	
		Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	106,8	6,67	0,37	0,03	0,06	0,73	
		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	2,31	0,42	11,31	60,3	23,0	3,1	0,11	0,03	0	
Итого				36,51	51,46	125,97	1095,27	115,8	8,39	1,152	1,009	19,4	

10 день Пятница

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	161, ТТК 169	Суп картофельный с фрикадельками мясными	1/250/30	6,63	6,48	15,45	135,0	29,0	1,48	0,12	0,12	11,12	
	ТТК 170	Картофельное пюре	1/150	3,06	5,28	19,5	140,22	36,4	1,065	0,105	0,105	5,19	
	25, ТТК 66	Печень тушенная в соусе	1/100	14,4	14,71	6,36	215,53	37,96	5,12	0,23	1,59	4,51	
	ТТК 34.1	Салат из свежей капуста (до 01.03.2024) Нарезка из соленого огурца (с 01.03.2024)	1/60 1/60	1,1	2,25	5,25	45,5	20,98	0,25	0,01	0,01	16,5	
	161, ТТК 169	Компот из свежих яблок	1/200	0,19	0	19,6	74,37	25,6	0,8	0,0032	0,064	0,17	
		Хлеб пшеничный	1/50	3,95	0,5	24,15	106,8	6,67	0,37	0,03	0,06	0,73	
		Хлеб ржано-пшеничный	1/30	2,31	0,42	11,31	60,3	23,0	3,1	0,11	0,03	0	
Итого				31,64	29,64	101,62	777,72	179,61	12,185	0,6082	1,979	38,22	