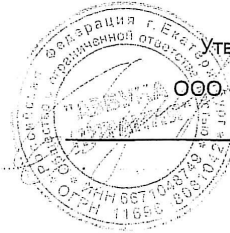




Согласовано
Директор МАОУ СОШ №300
С.Н. Сомов



Утверждаю директор
ООО «Азбука питания»
Е.А.Широканова

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ Г. ЕКАТЕРИНБУРГ
НА ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ 2025-2026 УЧЕБНОГО ГОДА
за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание (завтрак)
1-4 КЛАСС

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Меню 7-11 лет Завтрак		Неделя: 1			День: понедельник		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Хлопья кукурузные с молоком	200/40	7,12	7	36,92	228,8	1 633,09
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6	998
	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2	971
	Печенье в индивидуальной упаковке	30	1,12	5	15,96	109	1 746,01
	Батон	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148
Итого за Завтрак		645	19,79	19	129,63	747,4	

(лист 2)

Рацион: Меню 7-11 лет Завтрак		Неделя: 1			День: вторник		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Бутерброд с сыром	30	4,19	3	10,29	88,7	810
	Голубцы Ленивые (свинина)	90	12	10		198	1 027,19
	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147	995
	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	68,5	14 539,27
	Батон	30	3,21	1	24,99	85,2	897
Итого за Завтрак		500	22,86	19	63,81	587,4	

(лист 3)

Рацион: Меню 7-11 лет Завтрак		Неделя: 1			День: среда		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Омлет запеченный или паровой	205	20,66	23	6,68	361,3	891
	Напиток Каркаде	200	0,57		3,61	87	1 899
	Мандарины	80	0,64		6	54	975
	Батон	30	3,21	1	24,99	85,2	897
	Итого за Завтрак		515	25,08	24	41,28	587,5

(лист 4)

Рацион: Меню 7-11 лет Завтрак		Неделя: 1			День: четверг		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Салат из кукурузы	60	0,62	2	3,72	54	1 187
	Горбуша, запеченная под маринадом	100	12,38	9	22,38	226,7	1 633,48
	Картофель по-деревенски	150	3,78	11	30,37	238	927,09
	Чай с сахаром	200	0,2		6,5	26,8	14 539,27
	Батон	25	2,68	1	20,83	71	897
Итого за Завтрак		535	19,66	23	83,8	597,3	

(лист 5)

Рацион: Меню 7-11 лет Завтрак

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Йогурт в индивидуальной упаковке в стаканчике	125	2,51	2	4,4	147	935,04
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180	7,78	8	39,53	315,6	302
	Чай ягодный	200	0,1		16	60,2	971
	Батон	25	2,68	1	20,83	71	897
Итого за Завтрак		530	13,07	11	80,76	593,8	

(лист 6)

Рацион: Меню 7-11 лет Завтрак

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	9,32	8	44,57	289,6	845
	Сырники	50	3,5	3	7,62	75,3	1 066,01
	Молоко сгущенное	20	1,58	2	9,55	64,2	902
	Напиток Облепиховый	200	0,22		26,73	110,1	930,13
	Батон	30	3,21	1	24,99	85,2	897
Итого за Завтрак		500	17,83	14	113,46	624,4	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443738

Владелец Сомов Сергей Николаевич

Действителен с 07.05.2025 по 07.05.2026