

«Согласовано»

Директор МКОУ «Райгородская СШ»

М.П.



«Утверждаю»

ИП Чернецкая С.Д.



**Десятидневное меню для организации питания
обучающихся группы продленного дня
муниципального казённого общеобразовательного учреждения
«Райгородская средняя школа»
Светлоярского муниципального района Волгоградской области**

2024-2025 г.г.

Сборник рецептов на продукцию общественного питания

/Составитель Могильный М.П.-М., ДеЛи плюс 2013-1008с. ISBN 978-5-905170-02-7

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/

Под редакцией Могильный М.П. и Тутельяна В.А. М.: ДеЛи принт.2011.-544с ISBN 978-5-94343-230-9

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

Лапшина В.Т. (ред). М.: Хлебпродинформ, 2004.-640 с. ISBN 5-93109-070-3

Сборник типовых меню и рецептов Блюда для организации питания детей школьного возраста в организациях

с круглосуточным режимом пребывания и иными режимами функционирования. Новосибирск, 2020

День 1 Неделя 1

Утверждаю

Директор

Н.П.Трифонова

Меню на _____ 2025 год

Питание для учащихся с ГПД

Обед



Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	60	100	12	0,66	1,10	0,12	0,20	2,28	3,80	13,20	22,00
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	300	15	2,15	2,58	6,10	7,32	12,97	15,57	115,42	138,51
Картофельное пюре	200	250	20	4,00	5,10	7,60	9,50	31,60	39,50	211,00	263,87
Птица, в соусе с томатом	100	100	35	14,40	14,40	11,00	14,00	3,20	3,20	222,10	222,10
Компот из плодов или ягод сушеных (шиповник)	200	200	10	0,35	0,35	0,08	0,08	29,85	29,85	122,00	122,00
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	3	2,50	2,50	0,50	0,50	12,70	12,70	66,10	66,10
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	3	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Итого за Обед	870	1010	98	26,46	28,43	25,70	31,90	107,20	119,22	822,42	907,18

ИП Чернецкая С.Д.



шеф-повар

Г.А.Коломина

День 2 Неделя 1

Утверждаю

Директор

2025 год



Н.П.Трифонова

Меню на _____
Питание для учащихся с ГПД

Обед

Салат из белокочанной капусты с морковью	60	100	12	1,00	1,66	6,00	10,00	6,10	10,10	82,40	137,30
Суп-лапша домашняя	250	300	15	2,63	3,15	5,14	6,16	12,54	15,00	106,9	128,28
Макароны отварные	150	200	20	5,00	6,70	5,30	7,10	35,00	46,60	208,00	277,30
Котлеты из курицы	100	100	35	11,50	11,50	6,60	6,60	9,40	12,00	128,30	171,00
Компот из смеси сухофруктов	200	200	10	0,60	0,60	0,00	0,00	22,70	22,70	93,20	93,20
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	3	2,50	2,50	0,50	0,50	12,70	12,70	66,10	66,10
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	3	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Итого за Обед	820	960	98	25,63	28,51	23,84	30,66	113,04	133,70	757,50	945,78

ИП Чернецкая С.Д.



шеф-повар

Г.А.Коломина

День 3 Неделя 1

Утверждаю

Директор

Н.П.Трифонова

Меню на _____ 2025 год

Питание для учащихся с ГПД

Обед

Салат из свеклы отварной	60	100	12	0,80	1,33	2,70	2,70	4,60	4,60	45,60	45,60
Суп крестьянский с пшеном	250	300	15	6,10	7,32	6,50	7,80	33,50	40,20	173,60	208,30
Жаркое по-домашнему	200	250	55	14,10	17,62	16,30	20,30	33,60	42,00	395,10	493,00
Чай каркаде	200	200	10	0,10	0,10	0,03	0,03	11,00	11,00	35,00	35,00
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	3	2,50	2,50	0,50	0,50	12,70	12,70	66,10	66,10
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	3	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Итого за Обед	770	910	98	26,00	31,27	26,33	31,63	110,00	125,10	788,00	920,60

ИП Чернецкая С.Д.

шеф-повар

Г.А.Коломинова



День 4 Неделя 1

Утверждаю

Директор

Н.П.Трифонова

Меню на _____ 2025 год

Питание для учащихся с ГПД

Обед



Салат из квашенной капусты	60	100	12	1,00	1,66	6,00	10,00	6,10	10,17	82,40	137,33
Суп вермишелевый на мясном бульоне	250	300	15	4,29	5,10	3,33	3,99	20,90	25,08	130,73	156,87
Пельмени на бульоне	200	200	55	16,40	16,40	17,00	17,00	49,50	49,50	400,00	400,00
Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	200	10	0,30	0,30	0,00	0,00	6,70	6,70	27,60	27,60
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	3	2,50	2,50	0,50	0,50	12,70	12,70	66,10	66,10
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	3	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Итого за Обед	770	860	98	26,89	28,36	27,13	31,79	110,50	118,75	779,43	860,50

ИП Чернецкая С.Д.

шеф-повар

Г.А.Коломина



День 5 Неделя 1

Утверждаю

Директор



Н.П.Трифонова

Меню на _____ 2025 год

Питание для учащихся с ГПД

Обед

Винегрет с растительным маслом	60	100	12	0,75	1,25	5,32	8,87	4,50	7,50	68,85	114,75
Суп Полевой	250	250	15	4,86	4,86	2,96	2,96	13,84	13,84	130,00	130,00
Тефтели мясные паровые	120	120	35	10,97	10,97	9,65	9,65	9,88	11,88	170	170
Рис отварной	200	250	20	4,79	4,79	7,21	7,21	48,55	48,55	278,30	278,30
Чай черный байховый с сахаром	200	200	10	0,20	0,20	0,00	0,00	6,40	6,40	26,40	26,40
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	3	2,50	2,50	0,50	0,50	12,70	12,70	66,10	66,10
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	3	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Итого за Обед	890	980	98	26,47	26,97	25,94	29,49	110,47	115,47	812,25	858,15

ИП Чернецкая С.Д.



шеф-повар

Г.А.Коломинова

Утверждаю

Директор

Н.П.Трифонова

Меню на _____ 2025 год

Питание для учащихся с ГПД

Обед



Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	60	100	12	0,66	1,10	0,12	0,20	2,28	3,80	13,20	22,00
Суп картофельный с рисовой крупой	250	300	15	1,98	2,3	6,93	8,3	16,52	19,8	136,7	164
Биточки паровые	90	90	35	4,60	4,60	9,00	10,50	8,45	8,45	130,10	130,10
Пюре из бобовых с маслом	150	200	20	13,31	17,75	6,69	8,92	34,19	45,59	249,00	332,00
Компот из свежих плодов	200	200	10	0,16	0,16	0,16	0,16	23,88	23,88	97,60	97,60
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	3	2,50	2,50	0,50	0,50	12,70	12,70	66,10	66,10
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	3	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Итого за Обед	810	950	98	25,61	30,81	23,70	28,88	112,62	128,82	765,30	884,40

ИП Чернецкая С.Д.



шеф-повар

Г.А. Коломина

Г.А.Коломина

День 7 Неделя 2

Утверждаю

Директор

Н.П.Трифонова

Меню на _____ 2025 год

Питание для учащихся с ГПД

Обед

Морковь по-корейски	60	100	12	3,00	5,00	3,00	5,00	28,00	46,60	153,00	153,00
Щи по-уральски	250	300	15	1,90	2,28	5,50	6,60	7,00	8,40	147,00	176,40
Плов с курицей	200	250	55	13,68	16,72	15,68	18,61	32,52	39,71	307,68	376,09
Чай черный байховый с сахаром	200	200	10	0,20	0,20	0,00	0,00	6,40	6,40	26,40	26,40
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	3	2,50	2,50	0,50	0,50	12,70	12,70	66,10	66,10
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	3	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Итого за Обед	770	910	98	23,68	29,10	24,98	31,01	101,22	128,41	772,78	870,59

ИП Чернецкая С.Д.

шеф-повар _____ Г.А.Коломинова



День 8 Неделя 2

Утверждаю

Директор

Н.П.Трифонова

Меню на _____ 2025 год

Питание для учащихся с ГПД

Обед



Салат из свеклы с зеленым горошком	60	100	12	2,90	4,83	6,51	10,85	2,10	2,33	66,26	110,43
Рассольник Ленинградский	250	300	15	1,50	1,80	1,90	2,37	13,20	15,87	76,70	92,04
Макароны отварные	180	200	20	6,00	6,70	6,36	7,10	42,00	46,60	249,60	277,30
Тефтели мясные с рисом	120	120	35	10,97	10,97	9,65	9,65	9,88	11,88	170	170
Чай каркаде	200	200	10	0,10	0,10	0,03	0,03	11,00	11,00	35,00	35,00
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	3	2,50	2,50	0,50	0,50	12,70	12,70	66,10	66,10
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	3	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Итого за Обед	870	980	98	26,37	29,30	25,25	30,80	105,48	114,98	736,26	823,47

ИП Чернецкая



шеф-повар

Г.А. Коломина

Г.А.Коломина

День 9 Неделя 2

Утверждаю

Директор

Н.П.Трифонова

Меню на _____ 2025 год

Питание для учащихся с ГПД

Обед



Салат из квашенной капусты	60	100	12	1,02	1,70	3,00	5,00	5,07	8,45	51,42	85,70
Суп картофельный с горохом	250	300	15	3,60	3,90	6,50	7,80	12,10	13,60	121,00	136,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	200	20	8,20	11,00	6,50	8,70	42,80	57,00	262,50	349,90
Гуляш	100	120	35	4,90	5,79	8,50	9,50	4,02	4,75	115,00	136,00
Компот из смеси сухофруктов	200	200	10	0,60	0,60	0,00	0,00	22,70	22,70	93,20	93,20
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	3	2,50	2,50	0,50	0,50	12,70	12,70	66,10	66,10
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	3	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Итого за Обед	820	980	98	23,22	27,89	25,30	31,80	113,99	133,80	781,82	939,50

ИП Чернецкая С.Д.

шеф-повар

Г.А.Коломинова



День 10 Неделя 2

Утверждаю

Директор

Н.П.Трифонова

Меню на _____ 2025 год

Питание для учащихся с ГПД

Обед



Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, огурец соленый, помидор соленый)	60	100	12	0,66	1,10	0,12	0,20	2,28	3,80	13,20	22,00
Суп крестьянский с перловой крупой	250	300	15	8,89	10,66	9,1	10,92	31,96	38,35	230,8	276,96
Котлеты рыбные в томатном соусе	90	90	35	8,24	8,24	10,40	10,40	11,60	11,60	180,60	180,60
Картофельное пюре	180	180	20	3,60	3,60	6,84	6,84	28,44	28,44	189,96	189,96
Чай черный байховый с сахаром	200	200	10	0,20	0,20	0,00	0,00	6,40	6,40	26,40	26,40
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	3	2,50	2,50	0,50	0,50	12,70	12,70	66,10	66,10
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	3	2,40	2,40	0,30	0,30	14,60	14,60	72,60	72,60
Итого за Обед	840	930	98	26,49	28,70	27,26	29,16	107,98	115,89	779,66	834,62



шеф-повар

Г.А. Коломина

Г.А.Коломина