

Согласовано:

Директор ГБОУ СО ЕШИ № 6

  
Сидлярчук Е.Е.



Утверждаю:

Директор ООО "Общественное Питание"

  
Фомин М.Л..



**ПРИМЕРНОЕ 10 - (ДЕСЯТИТИДНЕВНОЕ)  
КРУГЛОГОДИЧНОЕ БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ**

**ДЛЯ ГБОУ СО «Екатеринбургская школа-интернат № 6  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 7-11 ЛЕТ**

«Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий, для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации». 2013 Уральский региональный центр питания, под редакцией А.Я. Первалова.)

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений профессионального образования, специализир.учреждений д/несовершеннолетних, нуждающихся в соц.реабилитации

"Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" СанПиН 2.3/2.4.3590-20

2025г.



СОГЛАСОВАНО  
 Директор  
 ГБОУ СО ЕШИ № 6  
 Сидлярчук Е.Е.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор  
 ООО "Общественное Питание"  
 Фомин М.Л.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Воспитаники 1-4 класс Безмолочное меню

| Прием пищи     | Наименование блюда                              | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                |   |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 1</b>  |   |             |                  |              |               |                         |             |
| <b>ЗАВТРАК</b> |   |             |                  |              |               |                         |             |
|                | Каша из овсяных хлопьев безмолочная жидкая      | 200         | 2,46             | 1,24         | 18,34         | 93,14                   | 67          |
|                | Кофейный напиток                                | 200         | 0,70             | 0,72         | 10,72         | 50,3                    | 501         |
|                | Хлеб пшеничный 40/60                            | 40          | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 94                      | 108         |
|                | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 25/35           | 25          | 1,65             | 0,30         | 8,50          | 45,25                   | 110         |
|                | Печенье 40                                      | 40          | 3,00             | 3,92         | 29,76         | 166,8                   | 590         |
|                | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>                         | <b>505</b>  | <b>10,85</b>     | <b>6,50</b>  | <b>87,00</b>  | <b>449,49</b>           |             |
| <b>ОБЕД</b>    |   |             |                  |              |               |                         |             |
|                | Икра кабачковая (промышленного производства)    | 60          | 1,14             | 5,34         | 4,62          | 71,4                    | 115         |
|                | Щи из свежей капусты с картофелем               | 200         | 1,40             | 3,80         | 6,20          | 66,4                    | 142         |
|                | Гуляш из мяса                                   | 90          | 15,45            | 16,50        | 3,15          | 222,75                  | 367         |
|                | Каша гречневая рассыпчатая                      | 150         | 8,55             | 7,85         | 37,08         | 253,05                  | 237         |
|                | Компот из чернослива                            | 200         | 0,70             | 0,00         | 21,60         | 85                      | 5/10        |
|                | Хлеб пшеничный 50/70                            | 50          | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,5                   | 108         |
|                | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 40/50           | 40          | 2,64             | 0,48         | 13,60         | 72,4                    | 110         |
|                | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>                            | <b>790</b>  | <b>33,68</b>     | <b>34,37</b> | <b>110,85</b> | <b>888,5</b>            |             |
| <b>ПОЛДНИК</b> |   |             |                  |              |               |                         |             |
|                | Плоды свежие фрукты                             | 180         | 1,62             | 0,36         | 14,58         | 77,4                    | 112         |
|                | Соки овощные, фруктовые и ягодные (абрикосовый) | 200         | 1,00             | 0,00         | 0,00          | 110                     | 518         |
|                | Печенье 30                                      | 30          | 2,25             | 2,94         | 22,32         | 125,1                   | 590         |
|                | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>                         | <b>410</b>  | <b>4,87</b>      | <b>3,30</b>  | <b>36,90</b>  | <b>312,5</b>            |             |
| <b>УЖИН</b>    |   |             |                  |              |               |                         |             |
|                | Чай с сахаром                                   | 200         | 0,20             | 0,00         | 15,02         | 58,76                   | 493         |
|                | Хлеб пшеничный 30/50                            | 30          | 2,28             | 0,24         | 14,76         | 70,5                    | 108         |
|                | Картофель отварной                              | 150         | 2,89             | 4,23         | 16,17         | 144,44                  | 54          |
|                | Печень тертая                                   | 100         | 13,90            | 23,80        | 3,20          | 282                     | 400         |
|                | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 20/40           | 20          | 1,32             | 0,24         | 6,80          | 36,2                    | 110         |
|                | <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>                            | <b>500</b>  | <b>20,59</b>     | <b>28,51</b> | <b>55,95</b>  | <b>591,9</b>            |             |
|                | УЖИН 2 Чай с лимоном                            | 200         | 0,10             | 0,00         | 15,20         |                         | 61 494      |
|                | <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>                          | <b>200</b>  | <b>0,10</b>      | <b>0,00</b>  | <b>15,20</b>  | <b>61</b>               |             |
|                | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>                           | <b>2405</b> | <b>70,09</b>     | <b>72,68</b> | <b>305,90</b> | <b>2303,39</b>          |             |



СОГЛАСОВАНО  
 \_\_\_\_\_  
 Директор  
 ГБОУ СО ЕШИ № 6  
 Сидлярчук Е.Е.



УТВЕРЖДАЮ  
 \_\_\_\_\_  
 Директор  
 ООО "Общественное Питание"  
 Фомин М.П.

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Воспитанники 1-4 класс Безмолочное меню

| Прием пищи              | Наименование блюда                             | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 2</b>           |  |             |                  |              |               |                         |             |
| ЗАВТРАК                 | Каша ячневая вязкая безмолочная                | 200         | 4,44             | 10,56        | 29,04         | 228,88                  | 255         |
|                         | Бутерброды с джемом или повидлом (2-й вариант) | 50          | 1,50             | 5,25         | 25,50         | 155                     | 96          |
|                         | Чай с сахаром                                  | 200         | 0,20             | 0,00         | 15,02         | 58,76                   | 493         |
|                         | Хлеб пшеничный 25/35                           | 25          | 1,90             | 0,20         | 12,30         | 58,75                   | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 25/35          | 25          | 1,65             | 0,30         | 8,50          | 45,25                   | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>500</b>  | <b>9,69</b>      | <b>16,31</b> | <b>90,36</b>  | <b>546,64</b>           |             |
| ОБЕД                    | Овощи натуральные соленые (огурцы)             | 60          | 0,48             | 0,06         | 1,02          | 7,8                     | 107         |
|                         | Суп картофельный с мясом                       | 200/25      | 1,76             | 2,36         | 11,76         | 75,4                    | 149         |
|                         | Котлеты мясные                                 | 90          | 16,02            | 15,75        | 12,87         | 257,4                   | 381         |
|                         | Рагу из овощей                                 | 150         | 3,00             | 8,02         | 12,75         | 135                     | 195         |
|                         | Кисель из сухофруктов                          | 200         | 1,00             | 0,10         | 28,60         | 115                     | 9/10        |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 30/40          | 30          | 1,98             | 0,36         | 10,20         | 54,3                    | 110         |
|                         | Хлеб пшеничный 50/70                           | 50          | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,5                   | 108         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>780</b>  | <b>28,04</b>     | <b>27,05</b> | <b>101,80</b> | <b>762,4</b>            |             |
| ПОЛДНИК                 | Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)   | 200         | 1,00             | 0,20         | 0,20          | 92                      | 518         |
|                         | Картофельные котлеты, запеченные               | 150         | 5,05             | 14,43        | 21,55         | 236,26                  | 209 бм      |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>350</b>  | <b>6,05</b>      | <b>14,63</b> | <b>21,75</b>  | <b>328,26</b>           |             |
| УЖИН                    | Рыба, тушеная в томате с овощами               | 120         | 11,40            | 6,17         | 5,40          | 122,57                  | 343         |
|                         | Рис припущенный                                | 150         | 3,54             | 6,05         | 32,40         | 198,15                  | 415         |
|                         | Чай с лимоном                                  | 200         | 0,10             | 0,00         | 15,20         | 61                      | 494         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 20/40          | 20          | 1,32             | 0,24         | 6,80          | 36,2                    | 110         |
|                         | Хлеб пшеничный 50/70                           | 50          | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,5                   | 108         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |  | <b>540</b>  | <b>20,16</b>     | <b>12,86</b> | <b>84,40</b>  | <b>535,42</b>           |             |
| УЖИН 2                  | Чай  | 200         | 0,20             | 0,00         | 0,04          | 1,92                    | 493         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |  | <b>200</b>  | <b>0,20</b>      | <b>0,00</b>  | <b>0,04</b>   | <b>1,92</b>             |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>2370</b> | <b>64,14</b>     | <b>70,85</b> | <b>298,35</b> | <b>2174,64</b>          |             |



СОГЛАСОВАНО  
Директор  
ГБОУ СО ЕШИ № 6  
Сидлярчук Е.Е.

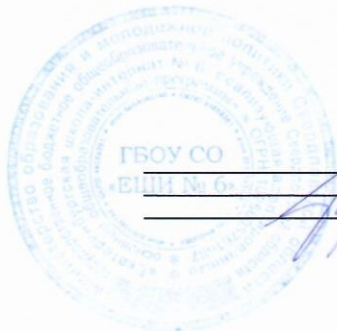


УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ООО "Общественное Питание"  
Фомин М.Л.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Воспитанники 1-4 класс Безмолочное меню

| Прием пищи              | Наименование блюда                           | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 3</b>           |  |             |                  |              |               |                         |             |
| ЗАВТРАК                 | Яйцо отварное                                | 100         | 12,75            | 11,50        | 0,75          | 157,5                   | 1/6         |
|                         | Какао  | 200         | 3,62             | 3,66         | 24,96         | 144,48                  | 496         |
|                         | Плоды свежие фрукты                          | 120         | 0,48             | 0,48         | 11,76         | 56,4                    | 112         |
|                         | Хлеб пшеничный 40/60                         | 40          | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 94                      | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 25/35        | 25          | 1,65             | 0,30         | 8,50          | 45,25                   | 110         |
|                         | Печенье 30                                   | 30          | 2,25             | 2,94         | 22,32         | 125,1                   | 590         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>515</b>  | <b>23,79</b>     | <b>19,20</b> | <b>87,97</b>  | <b>622,73</b>           |             |
| ОБЕД                    | Салат из квашеной капусты с луком            | 60          | 0,96             | 6,06         | 1,80          | 65,4                    | 48          |
|                         | Суп- пюре из разных овощей                   | 200         | 2,34             | 4,02         | 10,64         | 88,2                    | 161         |
|                         | Гренки из пшеничного хлеба                   | 10          | 1,12             | 0,11         | 6,97          | 33,42                   | 170         |
|                         | Котлеты рыбные любительские                  | 100         | 12,20            | 3,60         | 6,20          | 106                     | 346         |
|                         | Макароны отварные с овощами                  | 150         | 3,00             | 7,80         | 23,03         | 174                     | 294         |
|                         | Компот из апельсинов с яблоками              | 200         | 0,50             | 0,20         | 22,20         | 93                      | 510         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 30/40        | 30          | 1,98             | 0,36         | 10,20         | 54,3                    | 110         |
|                         | Хлеб пшеничный 50/70                         | 50          | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,5                   | 108         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>800</b>  | <b>25,90</b>     | <b>22,55</b> | <b>105,64</b> | <b>731,82</b>           |             |
| ПОЛДНИК                 | Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный) | 200         | 1,00             | 0,20         | 0,20          | 92                      | 518         |
|                         | Запеканка овощная                            | 200         | 6,60             | 13,10        | 29,60         | 263                     | 234         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>400</b>  | <b>7,60</b>      | <b>13,30</b> | <b>29,80</b>  | <b>355</b>              |             |
| УЖИН                    | Картофельная запеканка с мясом               | 200         | 23,30            | 23,50        | 18,90         | 380                     | 377         |
|                         | Плоды свежие фрукты                          | 100         | 0,80             | 0,20         | 7,50          | 38                      | 112         |
|                         | Чай с лимоном                                | 200         | 0,10             | 0,00         | 9,20          | 36                      | 11/10       |
|                         | Хлеб пшеничный 40/60                         | 40          | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 94                      | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 20           | 20          | 1,32             | 0,24         | 6,80          | 36,2                    | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |  | <b>560</b>  | <b>28,56</b>     | <b>24,26</b> | <b>62,08</b>  | <b>584,2</b>            |             |
| УЖИН 2                  | Чай  | 200         | 0,20             | 0,00         | 0,04          | 1,92                    | 493         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |  | <b>200</b>  | <b>0,20</b>      | <b>0,00</b>  | <b>0,04</b>   | <b>1,92</b>             |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>2475</b> | <b>86,05</b>     | <b>79,31</b> | <b>285,53</b> | <b>2295,67</b>          |             |



СОГЛАСОВАНО  
 Директор  
 ГБОУ СО ЕШИ № 6  
 Сидлярчук Е.Е.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор  
 ООО "Общественное Питание"  
 Фомин М.Л.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Воспитанники 1-4 класс Безмолочное меню

| Прием пищи              | Наименование блюда                              | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                         |   |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 4</b>           |   |             |                  |              |               |                         |             |
| ЗАВТРАК                 | Каша манная безмолочная жидкая                  | 200         | 6,32             | 6,78         | 31,80         | 213,42                  | 262         |
|                         | Яйца вареные                                    | 40          | 5,10             | 4,60         | 0,30          | 63                      | 300         |
|                         | Кофейный напиток                                | 200         | 0,70             | 0,72         | 10,72         | 50,3                    | 501         |
|                         | Хлеб пшеничный 40/60                            | 40          | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 94                      | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 20              | 20          | 1,32             | 0,24         | 6,80          | 36,2                    | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |   | <b>500</b>  | <b>16,48</b>     | <b>12,66</b> | <b>69,30</b>  | <b>456,92</b>           |             |
| ОБЕД                    | Овощи натуральные (помидоры)                    | 60          | 0,66             | 0,12         | 2,28          | 14,4                    | 106         |
|                         | Суп с рыбными консервами                        | 200         | 7,38             | 5,78         | 12,84         | 133                     | 153         |
|                         | Азу   | 200         | 16,30            | 17,48        | 20,80         | 305,84                  | 364         |
|                         | Кисель из свежих ягод                           | 200         | 0,20             | 0,10         | 21,50         | 87                      | 505         |
|                         | Хлеб пшеничный 50/70                            | 50          | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,5                   | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 30/40           | 30          | 1,98             | 0,36         | 10,20         | 54,3                    | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |   | <b>740</b>  | <b>30,32</b>     | <b>24,24</b> | <b>92,22</b>  | <b>712,04</b>           |             |
| ПОЛДНИК                 | Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)    | 200         | 1,00             | 0,20         | 0,20          | 92                      | 518         |
|                         | Котлеты морковные                               | 150         | 5,29             | 6,60         | 20,70         | 163                     | 214         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |   | <b>350</b>  | <b>6,29</b>      | <b>6,80</b>  | <b>20,90</b>  | <b>255</b>              |             |
| УЖИН                    | Курица в соусе томатном                         | 90          | 10,20            | 10,12        | 3,08          | 144                     | 405         |
|                         | Макаронные изделия отварные                     | 180         | 6,35             | 4,55         | 38,88         | 225,59                  | 43/3        |
|                         | Чай с сахаром                                   | 200         | 0,20             | 0,00         | 15,02         | 58,76                   | 493         |
|                         | Плоды свежие фрукты                             | 100         | 0,40             | 0,30         | 10,30         | 47                      | 112         |
|                         | Хлеб пшеничный 40/60                            | 40          | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 94                      | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 20/40           | 20          | 1,32             | 0,24         | 6,80          | 36,2                    | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |   | <b>630</b>  | <b>21,51</b>     | <b>15,53</b> | <b>93,76</b>  | <b>605,55</b>           |             |
| УЖИН 2                  | Соки овощные, фруктовые и ягодные (абрикосовый) | 200         | 1,00             | 0,00         | 0,00          | 110                     | 518         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |   | <b>200</b>  | <b>1,00</b>      | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>   | <b>110</b>              |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |   | <b>2420</b> | <b>75,60</b>     | <b>59,23</b> | <b>276,18</b> | <b>2139,51</b>          |             |

СОГЛАСОВАНО  
 \_\_\_\_\_  
 Директор  
 ГБОУ СО ЕШИ № 6  
 Сидлярчук Е.Е.

УТВЕРЖДАЮ  
 \_\_\_\_\_  
 Директор  
 ООО "Общественное Питание"  
 Фомин М.Л.

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: Воспитанники 1-4 класс Безмолочное меню

| Прием пищи              | Наименование блюда   | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 5</b>           |  |             |                  |              |               |                         |             |
| ЗАВТРАК                 | Каша "Дружба" безмолочная                                    | 200         | 5,40             | 9,92         | 28,36         | 224,32                  | 260         |
|                         | Чай  | 200         | 0,20             | 0,00         | 0,04          | 1,92                    | 493         |
|                         | Хлеб пшеничный 40/60   | 40          | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 94                      | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 20/40                        | 20          | 1,32             | 0,24         | 6,80          | 36,2                    | 110         |
|                         | Печенье 40   | 40          | 3,00             | 3,92         | 29,76         | 166,8                   | 590         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>500</b>  | <b>12,96</b>     | <b>14,40</b> | <b>84,64</b>  | <b>523,24</b>           |             |
| ОБЕД                    | Горошек зеленый  | 60          | 1,86             | 2,22         | 3,84          | 43,2                    | 1/1         |
|                         | Борщ с капустой и картофелем                                 | 250         | 1,83             | 5,00         | 10,65         | 95                      | 128         |
|                         | Печень, тушеная в соусе 1/12                                 | 100         | 13,30            | 7,70         | 5,50          | 144                     | 401         |
|                         | Картофель отварной (без масла)                               | 200         | 3,80             | 9,80         | 25,40         | 204                     | 426         |
|                         | Компот из смеси сухофруктов                                  | 200         | 0,50             | 0,00         | 27,00         | 110                     | 508         |
|                         | Хлеб пшеничный 50/70   | 50          | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,5                   | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 40/50                        | 40          | 2,64             | 0,48         | 13,60         | 72,4                    | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>900</b>  | <b>27,73</b>     | <b>25,60</b> | <b>110,59</b> | <b>786,1</b>            |             |
| ПОЛДНИК                 | Соки овощные, фруктовые и ягодные (абрикосовый)              | 200         | 1,00             | 0,00         | 0,00          | 110                     | 518         |
|                         | Плоды свежие фрукты  | 150         | 0,60             | 0,60         | 14,70         | 70,5                    | 112         |
|                         | Выпечка  | 75          | 4,63             | 2,12         | 51,13         | 21,17                   | 540         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>425</b>  | <b>6,23</b>      | <b>2,72</b>  | <b>65,83</b>  | <b>201,67</b>           |             |
| УЖИН                    | Чай из сухой смеси с витаминами "Валетек Классные Витаминки" | 200         | 0,40             | 0,00         | 20,00         | 80                      | 616         |
|                         | Хлеб пшеничный 50/70   | 50          | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,5                   | 108         |
|                         | Рыба, тушеная в томате с овощами                             | 120         | 11,40            | 6,17         | 5,40          | 122,57                  | 343         |
|                         | Овощи отварные (свекла)                                      | 200         | 3,26             | 10,20        | 19,18         | 181,46                  | 422         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 30/40                        | 30          | 1,98             | 0,36         | 10,20         | 54,3                    | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |  | <b>600</b>  | <b>20,84</b>     | <b>17,13</b> | <b>79,38</b>  | <b>555,83</b>           |             |
| УЖИН 2                  | Чай  | 200         | 0,20             | 0,00         | 0,04          | 1,92                    | 493         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |  | <b>200</b>  | <b>0,20</b>      | <b>0,00</b>  | <b>0,04</b>   | <b>1,92</b>             |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>2625</b> | <b>67,96</b>     | <b>59,85</b> | <b>340,48</b> | <b>2068,76</b>          |             |

СОГЛАСОВАНО  
 \_\_\_\_\_  
 Директор  
 ГБОУ СО ЕШИ № 6  
 Сидлярчук Е.Е.

УТВЕРЖДАЮ  
 \_\_\_\_\_  
 Директор  
 ООО "Общественное Питание"  
 Фомин М.Л.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Воспитаники 1-4 класс Безмолочное меню

| Прием пищи              | Наименование блюда                              | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                         |   |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 6</b>           |   |             |                  |              |               |                         |             |
| ЗАВТРАК                 | Каша пшеничная безмолочная жидкая               | 230         | 9,11             | 9,18         | 42,48         | 288,93                  | 267         |
|                         | Какао   | 200         | 3,62             | 3,66         | 24,96         | 144,48                  | 496         |
|                         | Хлеб пшеничный 30/50                            | 30          | 2,28             | 0,24         | 14,76         | 70,5                    | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 40/50           | 40          | 2,64             | 0,48         | 13,60         | 72,4                    | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |   | <b>500</b>  | <b>17,65</b>     | <b>13,56</b> | <b>95,80</b>  | <b>576,31</b>           |             |
| ОБЕД                    | Овощи натуральные (огурцы)                      | 60          | 0,48             | 0,06         | 1,50          | 8,4                     | 106         |
|                         | Суп с макаронными изделиями и картофелем        | 200         | 3,24             | 4,18         | 8,04          | 81,04                   | 158         |
|                         | Капуста тушеная                                 | 180         | 3,82             | 8,06         | 8,37          | 143,64                  | 48          |
|                         | Котлеты, биточки, шницели                       | 90          | 16,02            | 15,75        | 12,87         | 257,4                   | 381         |
|                         | Кисель из повидла, джема, варенья (повидло)     | 200         | 0,10             | 0,00         | 38,30         | 154                     | 504         |
|                         | Хлеб пшеничный 50/70                            | 50          | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,5                   | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 40/50           | 40          | 2,64             | 0,48         | 13,60         | 72,4                    | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |   | <b>820</b>  | <b>30,10</b>     | <b>28,93</b> | <b>107,28</b> | <b>834,38</b>           |             |
| ПОЛДНИК                 | Фрукты свежие                                   | 180         | 1,62             | 0,36         | 14,58         | 77,4                    | 112         |
|                         | Соки овощные, фруктовые и ягодные (абрикосовый) | 200         | 1,00             | 0,00         | 0,00          | 110                     | 518         |
|                         | Слойка с сахаром                                | 30          | 2,35             | 2,85         | 18,50         | 109                     | 571         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |   | <b>410</b>  | <b>4,97</b>      | <b>3,21</b>  | <b>33,08</b>  | <b>296,4</b>            |             |
| УЖИН                    | Чай с лимоном                                   | 200         | 0,10             | 0,00         | 15,20         | 61                      | 494         |
|                         | Печень тертая                                   | 100         | 13,90            | 23,80        | 3,20          | 282                     | 400         |
|                         | Картофель отварной                              | 180         | 3,42             | 7,38         | 22,86         | 171                     | 173         |
|                         | Хлеб пшеничный 40/60                            | 40          | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 94                      | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 25/35           | 25          | 1,65             | 0,30         | 8,50          | 45,25                   | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |   | <b>545</b>  | <b>22,11</b>     | <b>31,80</b> | <b>69,44</b>  | <b>653,25</b>           |             |
| УЖИН 2                  | Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)    | 200         | 1,00             | 0,20         | 0,20          | 92                      | 518         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |   | <b>200</b>  | <b>1,00</b>      | <b>0,20</b>  | <b>0,20</b>   | <b>92</b>               |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |   | <b>2475</b> | <b>75,83</b>     | <b>77,70</b> | <b>305,80</b> | <b>2452,34</b>          |             |



СОГЛАСОВАНО  
 Директор  
 ГБОУ СО ЕШИ № 6  
 Сидлярук Е.Е.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор  
 ООО "Общественное Питание"  
 Фомин М.П.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Воспитанники 1-4 класс Безмолочное меню

| Прием пищи              | Наименование блюда                           | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 7</b>           |  |             |                  |              |               |                         |             |
| ЗАВТРАК                 | Яйцо отварное                                | 100         | 12,75            | 11,50        | 0,75          | 157,5                   | 1/6         |
|                         | Фрукты свежие                                | 100         | 0,80             | 0,20         | 7,50          | 38                      | 112         |
|                         | Чай с сахаром                                | 200         | 0,20             | 0,00         | 15,02         | 58,76                   | 493         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 20/40        | 20          | 1,32             | 0,24         | 6,80          | 36,2                    | 110         |
|                         | Хлеб пшеничный 40/60                         | 40          | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 94                      | 108         |
|                         | Печенье 40                                   | 40          | 3,00             | 3,92         | 29,76         | 166,8                   | 590         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>500</b>  | <b>21,11</b>     | <b>16,18</b> | <b>79,51</b>  | <b>551,26</b>           |             |
| ОБЕД                    | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 30/40        | 30          | 1,98             | 0,36         | 10,20         | 54,3                    | 110         |
|                         | Салат сельдь с картофелем                    | 100         | 5,20             | 12,70        | 10,30         | 176                     | 68          |
|                         | Рассольник ленинградский                     | 200         | 1,64             | 4,20         | 13,00         | 97                      | 134         |
|                         | Гуляш из мяса                                | 90          | 15,45            | 16,50        | 3,15          | 222,75                  | 367         |
|                         | Макароны отварные с овощами                  | 150         | 3,00             | 7,80         | 23,03         | 174                     | 294         |
|                         | Компот из плодов или ягод сушеных            | 200         | 0,30             | 0,00         | 20,10         | 81                      | 512         |
|                         | Хлеб пшеничный 50/70                         | 50          | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,5                   | 108         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>820</b>  | <b>31,37</b>     | <b>41,96</b> | <b>104,38</b> | <b>922,55</b>           |             |
| ПОЛДНИК                 | Зразы картофельные с овощами                 | 150         | 5,29             | 6,70         | 13,60         | 136                     | 205         |
|                         | Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный) | 200         | 1,00             | 0,20         | 0,20          | 92                      | 518         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>350</b>  | <b>6,29</b>      | <b>6,90</b>  | <b>13,80</b>  | <b>228</b>              |             |
| УЖИН                    | Тефтели рыбные                               | 100         | 8,70             | 5,30         | 9,60          | 121                     | 349         |
|                         | Капуста тушеная                              | 200         | 7,40             | 7,20         | 7,80          | 126                     | 423         |
|                         | Чай с сахаром                                | 200         | 0,20             | 0,00         | 15,02         | 58,76                   | 493         |
|                         | Хлеб пшеничный 40/60                         | 40          | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 94                      | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 30/40        | 30          | 1,98             | 0,36         | 10,20         | 54,3                    | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |  | <b>570</b>  | <b>21,32</b>     | <b>13,18</b> | <b>62,30</b>  | <b>454,06</b>           |             |
| УЖИН 2                  | Чай  | 200         | 0,20             | 0,00         | 0,04          | 1,92                    | 493         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |  | <b>200</b>  | <b>0,20</b>      | <b>0,00</b>  | <b>0,04</b>   | <b>1,92</b>             |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>2440</b> | <b>80,29</b>     | <b>78,22</b> | <b>260,03</b> | <b>2157,79</b>          |             |





СОГЛАСОВАНО  
Директор  
ГБОУ СО ЕШИ № 6  
Сидлярчук Е.Е.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ООО "Общественное Питание"  
Фомин М.П.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Воспитанники 1-4 класс Безмолочное меню

| Прием пищи              | Наименование блюда                               | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 8</b>           |  |             |                  |              |               |                         |             |
| ЗАВТРАК                 | Каша "Дружба" безмолочная                        | 200         | 5,40             | 9,92         | 28,36         | 224,32                  | 260         |
|                         | Кофейный напиток                                 | 200         | 0,70             | 0,72         | 10,72         | 50,3                    | 501         |
|                         | Яйца вареные                                     | 40          | 5,10             | 4,60         | 0,30          | 63                      | 300         |
|                         | Хлеб пшеничный 40/60                             | 40          | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 94                      | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 25/35            | 25          | 1,65             | 0,30         | 8,50          | 45,25                   | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>505</b>  | <b>15,89</b>     | <b>15,86</b> | <b>67,56</b>  | <b>476,87</b>           |             |
| ОБЕД                    | Хлеб пшеничный 50/70                             | 50          | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,5                   | 108         |
|                         | Кукуруза отварная (зерен с маслом)               | 60          | 5,34             | 3,37         | 37,01         | 199,74                  | 175         |
|                         | Щи из свежей капусты с картофелем                | 200         | 1,40             | 3,80         | 6,20          | 66,4                    | 142         |
|                         | Картофель отварной (без масла)                   | 200         | 3,80             | 9,80         | 25,40         | 204                     | 426         |
|                         | Котлеты или биточки рыбные                       | 100         | 13,90            | 2,10         | 9,60          | 113                     | 345         |
|                         | Кисель из свежих ягод                            | 200         | 0,20             | 0,10         | 21,50         | 87                      | 505         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 30/40            | 30          | 1,98             | 0,36         | 10,20         | 54,3                    | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>840</b>  | <b>30,42</b>     | <b>19,93</b> | <b>134,51</b> | <b>841,94</b>           |             |
| ПОЛДНИК                 | Соки овощные, фруктовые и ягодные (апельсиновый) | 200         | 1,40             | 0,20         | 0,20          | 120                     | 518         |
|                         | Котлеты свекольные                               | 150         | 6,49             | 8,89         | 31,09         | 230                     | 215         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |  | <b>350</b>  | <b>7,89</b>      | <b>9,09</b>  | <b>31,29</b>  | <b>350</b>              |             |
| УЖИН                    | Печень тертая                                    | 100         | 13,90            | 23,80        | 3,20          | 282                     | 400         |
|                         | Макаронные изделия отварные                      | 150         | 5,65             | 0,67         | 29,04         | 144,9                   | 291         |
|                         | Компот из свежих плодов                          | 200         | 0,16             | 0,16         | 18,90         | 75,64                   | 507         |
|                         | Хлеб пшеничный 50/70                             | 50          | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,5                   | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 20/40            | 20          | 1,32             | 0,24         | 6,80          | 36,2                    | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |  | <b>520</b>  | <b>24,23</b>     | <b>9,17</b>  | <b>84,84</b>  | <b>518,24</b>           |             |
| УЖИН 2                  | Соки овощные, фруктовые и ягодные (апельсиновый) | 200         | 1,40             | 0,20         | 0,20          | 120                     | 518         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |  | <b>200</b>  | <b>1,40</b>      | <b>0,20</b>  | <b>0,20</b>   | <b>120</b>              |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>2415</b> | <b>79,83</b>     | <b>54,25</b> | <b>318,40</b> | <b>2307,05</b>          |             |



СОГЛАСОВАНО  
Директор  
ГБОУ СО ЕШИ № 6  
Сидлярчук Е.Е.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ООО "Общественное Питание"  
Фомин М.Л.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Воспитанники 1-4 класс Безмолочное меню

| Прием пищи              | Наименование блюда                              | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                         |   |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 9</b>           |   |             |                  |              |               |                         |             |
| ЗАВТРАК                 | Каша рисовая безмолочная жидкая                 | 200         | 5,64             | 7,16         | 33,42         | 220,62                  | 268         |
|                         | Какао   | 200         | 3,62             | 3,66         | 24,96         | 144,48                  | 496         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 25/35           | 25          | 1,65             | 0,30         | 8,50          | 45,25                   | 110         |
|                         | Хлеб пшеничный 25/35                            | 25          | 1,90             | 0,20         | 12,30         | 58,75                   | 108         |
|                         | Фрукты свежие                                   | 150         | 0,60             | 0,60         | 14,70         | 70,5                    | 112         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |   | <b>600</b>  | <b>13,41</b>     | <b>11,92</b> | <b>93,88</b>  | <b>539,6</b>            |             |
| ОБЕД                    | Овощи натуральные соленые (огурцы)              | 60          | 0,48             | 0,06         | 1,02          | 7,8                     | 107         |
|                         | Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)       | 200         | 1,84             | 3,40         | 12,10         | 86,4                    | 144         |
|                         | Рагу из птицы                                   | 200         | 15,78            | 16,46        | 18,18         | 283,42                  | 407         |
|                         | Компот из свежих плодов                         | 200         | 0,16             | 0,16         | 18,90         | 75,64                   | 507         |
|                         | Хлеб пшеничный 50/70                            | 50          | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,5                   | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 30/40           | 30          | 1,98             | 0,36         | 10,20         | 54,3                    | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |   | <b>740</b>  | <b>24,04</b>     | <b>20,84</b> | <b>85,00</b>  | <b>625,06</b>           |             |
| ПОЛДНИК                 | Соки овощные, фруктовые и ягодные (абрикосовый) | 200         | 1,00             | 0,00         | 0,00          | 110                     | 518         |
|                         | Печенье 30                                      | 30          | 2,25             | 2,94         | 22,32         | 125,1                   | 590         |
|                         | Фрукты свежие                                   | 100         | 0,40             | 0,30         | 10,30         | 47                      | 112         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |   | <b>330</b>  | <b>3,65</b>      | <b>3,24</b>  | <b>32,62</b>  | <b>282,1</b>            |             |
| УЖИН                    | Каша гречневая рассыпчатая                      | 150         | 8,55             | 7,85         | 37,08         | 253,05                  | 237         |
|                         | Гуляш из мяса                                   | 90          | 14,70            | 8,55         | 3,38          | 149,59                  | 368         |
|                         | Чай   | 200         | 0,20             | 0,00         | 0,04          | 1,92                    | 493         |
|                         | Хлеб пшеничный 40/60                            | 40          | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 94                      | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 30/40           | 30          | 1,98             | 0,36         | 10,20         | 54,3                    | 110         |
|                         | Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)    | 200         | 1,00             | 0,20         | 0,20          | 92                      | 518         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |   | <b>710</b>  | <b>29,47</b>     | <b>17,28</b> | <b>70,58</b>  | <b>644,86</b>           |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |   | <b>2380</b> | <b>70,57</b>     | <b>53,28</b> | <b>282,08</b> | <b>2091,62</b>          |             |



СОГЛАСОВАНО  
 Директор  
 ГБОУ СО ЕШИ № 6  
 Сидлярчук Е.Е.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор  
 ООО "Общественное Питание"  
 Фомин М.Л.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Воспитанники 1-4 класс Безмолочное меню

| Прием пищи              | Наименование блюда                              | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                         |   |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 10</b>          |   |             |                  |              |               |                         |             |
| ЗАВТРАК                 | Каша "Дружба" безмолочная                       | 200         | 5,40             | 9,92         | 28,36         | 224,32                  | 260         |
|                         | Чай с сахаром                                   | 200         | 0,20             | 0,00         | 15,02         | 58,76                   | 493         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 20/40           | 20          | 1,32             | 0,24         | 6,80          | 36,2                    | 110         |
|                         | Хлеб пшеничный 40/60                            | 40          | 3,04             | 0,32         | 19,68         | 94                      | 108         |
|                         | Печенье 40                                      | 40          | 3,00             | 3,92         | 29,76         | 166,8                   | 590         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |   | <b>500</b>  | <b>12,96</b>     | <b>14,40</b> | <b>99,62</b>  | <b>580,08</b>           |             |
| ОБЕД                    | Салат из квашеной капусты с луком               | 60          | 0,96             | 6,06         | 1,80          | 65,4                    | 48          |
|                         | Суп с рыбными консервами                        | 200         | 7,38             | 5,78         | 12,84         | 133                     | 153         |
|                         | Жаркое по-домашнему                             | 200         | 23,64            | 21,10        | 15,10         | 344,54                  | 369         |
|                         | Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)    | 200         | 1,00             | 0,20         | 0,20          | 92                      | 518         |
|                         | Хлеб пшеничный 50/60                            | 50          | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,5                   | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 40/50           | 40          | 2,64             | 0,48         | 13,60         | 72,4                    | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |   | <b>750</b>  | <b>39,42</b>     | <b>34,02</b> | <b>68,14</b>  | <b>824,84</b>           |             |
| ПОЛДНИК                 | Выпечка   | 60          | 3,70             | 3,80         | 29,90         | 138                     | 637         |
|                         | Соки овощные, фруктовые и ягодные (абрикосовый) | 200         | 1,00             | 0,00         | 0,00          | 110                     | 518         |
|                         | Плоды свежие фрукты                             | 150         | 0,60             | 0,60         | 14,70         | 70,5                    | 112         |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b> |   | <b>410</b>  | <b>4,80</b>      | <b>4,60</b>  | <b>66,80</b>  | <b>301,5</b>            |             |
| УЖИН                    | Рыба, тушенная в томате с овощами               | 120         | 11,40            | 6,17         | 5,40          | 122,57                  | 343         |
|                         | Кисель из свежих ягод                           | 200         | 0,20             | 0,10         | 21,50         | 87                      | 505         |
|                         | Картофель отварной                              | 150         | 2,89             | 4,23         | 16,17         | 144,44                  | 54          |
|                         | Салат из свеклы отварной                        | 100         | 1,50             | 5,50         | 8,40          | 89                      | 50          |
|                         | Хлеб пшеничный 50/60                            | 50          | 3,80             | 0,40         | 24,60         | 117,5                   | 108         |
|                         | Хлеб столовый (ржано-пшеничный) 30/40           | 30          | 1,98             | 0,36         | 10,20         | 54,3                    | 110         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>    |   | <b>650</b>  | <b>21,77</b>     | <b>16,76</b> | <b>86,27</b>  | <b>614,81</b>           |             |
| УЖИН 2                  | Чай   | 200         | 0,20             | 0,00         | 0,04          | 1,92                    | 493         |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>  |   | <b>200</b>  | <b>0,20</b>      | <b>0,00</b>  | <b>0,04</b>   | <b>1,92</b>             |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |   | <b>2510</b> | <b>79,15</b>     | <b>69,78</b> | <b>320,87</b> | <b>2323,15</b>          |             |