

Согласовано:
 Директор МБОУ «Школа № 111»

О.П. Бондарева



УТВЕРЖАЮ
 Генеральный директор
 МУН по ОБСН города Ростова-на-Дону
 Круглова Г.В.

Примерное двухнедельное региональное меню комбинированных завтраков
 для обучающихся 1-4 классов (с 7 до 11 лет) (ФВ)

№ рец.	Наименование блюда	выход г.	Б гр.	Ж гр.	У гр.	Энер.цен	Цена
1-я неделя							
1-й день							
15	Сыр твёрдый	10	4	3,9	0	36	12,4
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09	12,75
120	Суп молочный с макаронными	200	4,38	3,8	14,36	120	16,74
382	Какао с молоком сгущенным	200	5,13	4,32	18,73	135,77	16,09
хлеб	Хлеб пшеничный	53	3,08	0,4	19,32	94	3,34
фрукт	Яблоко	110	0,4	0,4	9,8	47	15,13
Итого:		583	17,07	20,07	62,34	498,86	76,45
2-й день							
210	Омлет натуральный	150	13,93	24,827	0,72	289,65	52,63
377	Чай с сахаром	210	0,13	0,2	12,201	48,78	2,12
432	Булочка алтайская	40	3,59	2,53	21,81	126,63	5,28
хлеб	Хлеб пшеничный	20	3,08	0,4	19,32	96,8	1,29
фрукт	Яблоко	110	0,4	0,4	9,8	47	15,13
Итого:		530	21,13	28,357	63,851	608,86	76,45
3-й день							
279	Тефтели из говядины с соусом 80/30	110	11,08	21,78	10,8	292	57,96
309	Вермишель отварная	160	7,91	6,13	33,89	223,08	14,12
376	Чай с сахаром	210	0,054	0,006	9,165	37,962	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	36	1,32	0,24	7,928	39,6	2,25
Итого:		516	20,364	28,156	61,783	592,642	76,45
4-й день							
224	Запеканка творожная с морковью и	120	16,90	15,10	34,43	371,42	52,84
376	Чай с сахаром и лимоном	214	0,13	0,2	12,201	48,78	3,47
хлеб	Хлеб пшеничный	36	1,32	0,24	7,928	39,6	2,26
фрукт	Яблоко	130	0,4	0,2	9,8	47	17,88
Итого:		500	18,75	15,74	64,36	506,80	76,45
5-й день							
52	Салат из свеклы отварной	60	1,44	6,1	7,6	91,00	6,64
260	Гуляш свиной 50/50(лопатка)	100	14,44	35,03	17,12	443,58	52,47
302	Каша пшеничная	150	4,184	5,007	23,943	157,5	12,77
376	Чай с сахаром	210	0,13	0,2	12,201	48,78	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,2	7,93	29,12	90,31	2,45
Итого:		560	23,394	54,267	89,984	831,17	76,45
2-я неделя							
1-й день							
45	Салат из свежей канусты	60	0,24	1,8	0,78	20,4	5,75
234	Биточки рыбные	100	12,857	1,571	10	105,714	34,84
304	Рис отварной	150	4,614	6,45	48,204	269,322	16,58
376	Чай с сахаром	210	0,13	0,2	12,201	48,78	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	31	1,32	0,24	7,928	39,6	2,03
фрукт	Яблоко	110	0,4	0,2	9,8	47	15,13
Итого:		661	19,561	10,461	88,913	530,816	76,45
2-й день							
224	Запеканка творожная с морковью и	120	11,16	13,13	44,01	298,50	52,84
377	Чай с сахаром и лимоном	214	0,054	0,006	9,165	62	3,47
хлеб	Хлеб пшеничный	47	3,08	0,4	19,32	96,8	2,96
фрукт	Яблоко	125	0,4	0,2	9,8	47	17,18
Итого:		506	14,694	13,736	82,295	504,3	76,45

3-й день							
294	Котлета рубленая из птицы	90	11,63	8,63	11,95	172,78	43,60
302	Каша пшеничная	150	3,808	3,078	40,006	202,952	12,77
376	Чай с сахаром	210	0,13	0,2	12,201	48,78	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,04	1,12	20,56	104,48	2,83
фрукт	Яблоко	110	2	2	17	94	15,13
Итого :		605	20,608	15,028	101,717	622,992	76,45
4-й день							
24	Салат из свежих помидоров и	60	0,93	3,37	4,44	43,43	10,93
279/330	Фрикадельки куриные с соусом 90/20	110	8,601	9,769	9,668	161,407	43,86
309	Макароны отварные	150	6,038	4,575	38,497	219,481	13,24
	Мармелад	15	0,02	0	7,94	48,15	4,51
376	Чай с сахаром	210	0,54	0,006	9,156	62	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	28	3,04	1,12	20,56	104,48	1,79
Итого:		573	19,169	18,84	90,261	638,948	76,45
5-й день							
229	Каша молочная «Дружба» 180/10	190	4,56	5,79	24,23	167,35	27,98
383	Какао с молоком сгущенным	200	5,139	4,32	18,738	135,774	16,09
десерт	Пряник	25	1,68	1,5	22,89	108,6	10,59
хлеб	Хлеб пшеничный	27	3,04	1,12	20,56	104,48	1,71
фрукт	Апельсин	110	0,4	0,2	9,8	47	20,08
Итого:		552	14,819	12,93	96,218	563,204	76,45

Согласовано:
 Директор МБОУ «Школа № 111»

О.П. Бондарева

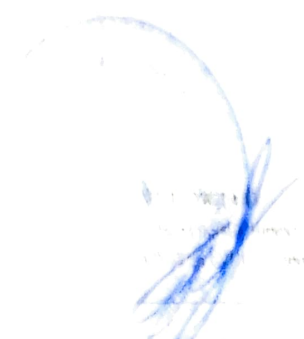


УТВЕРЖАЮ:
 Центральный директор
 МУП по ОНУ города Ростова-на-Дону
 Круглова Г.В.

**Примерное двухнедельное меню питания в виде комплексных обедов
 для обучающихся 1-4 классов (с 7 до 11 лет) + овз**

№ рец.	Наименование блюда	выход г.	Б гр.	Ж гр.	У гр.	Энер.	Цен.
1-я неделя							
1-й день							
20	Салат из свежих огурцов	50	0,24	1,8	0,78	20,4	9,78
82	Борщ со свежей капусты и картофелем	200	4,999	5,885	10,545	116,308	9,53
294	Котлета рубленая из птицы	90	10,335	11,617	11,049	190,363	43,6
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,808	3,28	40	202	20,57
тк	Сок фруктовый	180	0,603	0,243	16,47	70,2	21,31
хлеб	Хлеб пшеничный	35	3,16	0,4	19,32	102,16	2,24
Итого:		705	23,145	23,225	98,164	701,431	107,03
2-й день							
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,91	0,15	2,28	14,4	12,71
97	Суп картофельный	200	4,98	3,08	16,04	112,41	10,43
304	Рис отварной	180	4,986	3,085	16,047	112,413	19,9
229	Рыба тушеная в томате с овощами 75/75	150	12,75	11,95	3,8	155	50,12
тк	Напиток из смеси фруктов	200	0,414	0,09	25,816	106,44	12,08
хлеб	Хлеб пшеничный	28	1,32	0,24	7,93	39,6	1,79
Итого :		818	25,36	18,60	71,91	540,26	107,03
3-й день							
236	Икра кабачковая	65	0,924	3,05	5,618	54,20	16,38
96	Рассольник ленинградский	200	2,1	4,08	10,6	87,6	11
291	Плов из птицы(бедро) 50/150	200	12,3	8,2	24,8	223	40,69
десерт	Дениш с малиновой начинкой	30	1,7	1,7	1,7	94	13,2
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,16	0,16	27,8	114,60	9,76
хлеб	Хлеб пшеничный	35	1,32	0,24	7,928	39,6	2,25
фрукт	Яблоко	100	0,4	0,4	8,10	47	13,75
Итого:		830	18,904	17,83	86,546	660,00	107,03
4-й день							
45	Салат из свежей капусты	80	0,21	0,03	0,57	3,30	7,67
111	Суп с лапшой	200	5,57	7,13	9,90	126,44	4,77
261,332	Печень тушеная в соусе 50/50	100	13,26	11,23	12,358	170,185	76,75
302	Каша пшеничная	150	6,32	4,5	20,9	221,35	11,38
377	Чай с сахаром и лимоном	214	0,054	0,006	9,165	37,962	3,47
хлеб	Хлеб пшеничный	47	3,8	0,4	36,18	108,14	2,99
Итого:		791	29,214	23,296	89,073	667,38	107,03
5-й день							
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	70	0,91	0,15	2,28	14,4	12,75
102	Суп картофельный с бобовыми(горох)	200	4,39	4,22	8,23	118,6	8,08
204	Макаронные отварные с сыром 168/32	200	7,91	6,13	33,89	223,08	58,58
тк	Напиток из смеси фруктов	200	0,13	0,02	15,2	62	12,08
хлеб	Хлеб пшеничный	37	3,8	0,4	36,18	108,14	2,34
	Дениш с клубничной начинкой	30	0,44	0,44	10,78	51,70	13,20
Итого:		737	17,58	11,36	106,56	577,92	107,03
2-я неделя							

1-й день							
52	Свекла отварная	60	0,21	0,03	0,57	3,30	6,64
84	Борщ с фасолью и картофелем	200	6,574	6,055	13,716	137,298	10,29
256	Мясо тушеное (лопатка) 50/50	100	9,522	4,29	0,099	189	52,15
302	Каша пшеничная	150	3,295	5,441	22,209	151,404	12,77
348	Напиток из шиповника	200	0,32	0,08	28,2	131,17	9,76
хлеб	Хлеб пшеничный	26	3,04	1,12	20,56	104,48	1,67
фрукт	Яблоко	100	0,4	0,4	8,1	37,6	13,75
Итого:		836	23,361	17,416	93,454	754,25	107,03
2-й день							
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	70	0,42	0,06	1,14	6,60	12,75
118	Суп крестьянский с крупой ячнев	200	1,92	4	6,8	70,8	6,93
291	Плов из птицы (бедро)50/150	200	12,3	8,2	24,8	223	40,69
десерт	Мармелад	15	1,5	4,2	12,3	93	4,51
тгк	Сок фруктовый	200	0,056	0,056	15,344	62,44	23,68
хлеб	Хлеб пшеничный	30	3,04	1,12	20,56	104,48	1,97
фрукт	Яблоко	120	0,4	0,4	8,1	37,60	16,50
Итого:		835	19,636	18,036	89,044	597,92	107,03
3-й день							
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,42	0,06	1,14	6,60	12,71
103	Суп картофельный с макаронными	200	2,32	3,32	9,76	78,2	8,65
235	Шницель рыбный	100	8,829	8,083	12,253	157,952	34,84
302	Гречка рассыпчатая	150	3,892	5,354	21,273	157,494	20,57
350	Кисель из вишни	200	0,13	0,05	24,54	117	11,54
хлеб	Хлеб пшеничный	35	3,24	1,18	22,58	106,38	2,22
фрукт	Яблоко	120	0,4	0,4	8,1	37,60	16,50
Итого:		865	19,231	18,447	99,646	661,23	107,03
4-й день							
236	Салат Капуста квашеная	45	1,44	6,1	7,6	91,00	9,64
99	Суп из овощей	200	1,478	4,207	8,844	79,564	10,25
259	Жаркое по-домашнему 50/150	200	14,782	22,273	20,814	343,633	64,11
348	Компот из сухофруктов	180	0,054	0,006	9,165	37,96	6,60
хлеб	Хлеб пшеничный	42	3,02	1,08	19,73	20,32	2,68
фрукт	Яблоко	100	0,4	0,4	8,1	37,60	13,75
Итого:		767	21,17	34,07	74,253	610,08	107,03
5-й день							
111	Суп с лапшой	200	2	3,08	8,90	71,4	4,77
255/332	Печень по - строгановски 50/50	100	13,26	11,63	3,52	185	80,27
302	Рис отварной	160	3,808	3,078	40,006	202,952	17,69
377	Чай с сахаром	210	0,144	0,144	25,085	103,104	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	34	3,01	1,1	19,89	104,32	2,18
Итого:		704	22,22	19,03	97,401	666,776	107,03



Министерство сельского хозяйства
 и лесного хозяйства Республики Беларусь
 (г. Минск, ул. Дзержинского, 1)

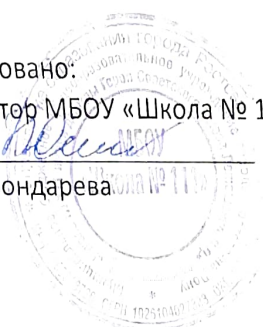
Динамика производства продукции растениеводства по видам культур по областям и республике Беларусь за 2018-2019 гг.

Код культуры	наименование культуры	на 1 га (в среднем за период)					в % к 2018 г.
		2018	2019	Рост	Уроп.	доп. (доп.)	
4 день							
4 день							
100	Сек. зернофуражный	255	273	6,7	105,1	105,1	100,0
101	Сек. зернофуражный с севооборотом	90	97	8,3	107,8	107,8	100,0
102	Сек. зернофуражный без севооборота	150	156	4,0	104,0	104,0	100,0
103	Сек. зернофуражный с севооборотом	200	213	5,5	106,5	106,5	100,0
104	Сек. зернофуражный без севооборота	28	34	21,4	121,4	121,4	100,0
Итого		443	473	7,9	106,8	106,8	100,0
2-4 день							
105	Сек. зернофуражный	70	83	18,6	118,6	118,6	100,0
106	Сек. зернофуражный с севооборотом	200	198	-0,8	99,0	99,0	100,0
107	Сек. зернофуражный без севооборота	150	138	-8,0	92,0	92,0	100,0
108	Сек. зернофуражный с севооборотом	150	18,82	9,21	125,5	109,5	100,0
109	Сек. зернофуражный без севооборота	214	0,13	0,02	1,2	0,7	100,0
Итого		28	1,84	0,34	11,14	11,14	100,0
Итого		812	30,18	18,37	91,88	816,88	100,0
3-4 день							
110	Сек. зернофуражный	90	0,01	0,18	2,28	11,1	100,0
111	Сек. зернофуражный с севооборотом	200	1,61	8,14	9,58	171,8	100,0
112	Сек. зернофуражный без севооборота	200	18,51	16,7	27,34	174	100,0
113	Сек. зернофуражный с севооборотом	200	0,16	0,16	27,8	114,60	100,0
114	Сек. зернофуражный без севооборота	17	1,2	0,24	8,72	12	100,0
Итого		100	0,4	0,2	9,8	17	100,0
Итого		187	22,79	28,59	85,32	663,6	100,0
4-6 день							
115	Сек. зернофуражный	200	5,57	7,13	9,9	126,4	100,0
116	Сек. зернофуражный с севооборотом	80	13,26	11,2	1,52	185	100,0
117	Сек. зернофуражный без севооборота	180	0,32	4,5	20,90	221,35	100,0
118	Сек. зернофуражный с севооборотом	214	0,1	0,1	28,20	116,6	100,0
119	Сек. зернофуражный без севооборота	42	1,5	0,34	9,1	89,87	100,0
Итого		716	20,95	23,27	71,62	739,23	100,0
5-6 день							
120	Сек. зернофуражный с севооборотом	200	4,39	4,22	8,23	118,8	100,0
121	Сек. зернофуражный без севооборота	200	7,91	6,13	22,89	231,08	100,0
122	Сек. зернофуражный с севооборотом	200	0,13	0,02	15,3	62	100,0
123	Сек. зернофуражный без севооборота	18	1,43	0,87	21,48	109,11	100,0
Итого		100	0,4	0,2	9,8	17	100,0
Итого		716	16,26	11,44	77,60	559,99	100,0
6-6 день							
124	Сек. зернофуражный с севооборотом	90	0,15	1,32	1,1	11,2	100,0
125	Сек. зернофуражный без севооборота	200	5,57	7,13	9,90	126,4	100,0
126	Сек. зернофуражный с севооборотом	90	11,3	11,3	0,11	137,38	100,0
127	Сек. зернофуражный без севооборота	180	3,8	3,17	40	209,4	100,0
128	Сек. зернофуражный с севооборотом	200	0,16	0,16	27,8	114,60	100,0
129	Сек. зернофуражный без севооборота	40	1,41	0,87	11,48	109,11	100,0
Итого		716	16,41	16,35	106,39	728,11	100,0
1-4 день							
1-4 день							
130	Сек. зернофуражный с севооборотом	200	1,45	4,12	11,45	108,4	100,0
131	Сек. зернофуражный без севооборота	100	10,38	4,77	0,11	110	100,0
132	Сек. зернофуражный с севооборотом	180	9,41	7,51	17,55	141,75	100,0
133	Сек. зернофуражный без севооборота	200	0,12	0,08	18,3	111,17	100,0
134	Сек. зернофуражный с севооборотом	42	0,14	0,4	19,12	84,00	100,0
Итого		722	13,92	16,90	66,61	787,17	100,0
2-4 день							
135	Сек. зернофуражный с севооборотом	90	0,71	0,04	7,19	11,92	100,0
136	Сек. зернофуражный без севооборота	200	1,51	4,26	4,26	77,84	100,0

291	Плов из птицы (бедро) 50/150	200	26,69	17,82	47	451,17	40,69
тлк	Сок фруктовый	200	0,06	0,06	15,34	62,44	23,68
хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,89	0,99	24,35	123,88	2,58
десерт	Мармелад	15	0,2	0	7,94	48,15	4,51
Итого:		715	33,06	23,17	110,08	795,4	90,13
3-й день							
53	Салат из свеклы отварной	100	0,3	1,2	1,65	18,56	11,06
103	Суп картофельный с макаронными	200	2,15	2,27	13,96	94,6	8,65
235	Шницель рыбный	100	9,13	6,92	7,74	130	34,84
302	Каша гречневая	150	3,1	4,86	14,14	112,65	20,57
350	Кисель из вишни	200	0,13	0,05	24,54	117	11,54
хлеб	Хлеб пшеничный	55	3,2	0,82	20,05	102,02	3,47
Итого:		805	18,01	16,12	82,08	574,83	90,13
4-й день							
236	Салат из квашеной капусты	50	0,57	2,67	2,31	36,75	10,53
99	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,2	10,25
259	Жаркое по-домашнему 40/150	190	14,06	33,71	18,95	437,71	64,11
377	Чай с сахаром и лимоном	214	0,66	0,09	32,01	132,8	3,47
хлеб	Хлеб пшеничный	28	2,59	0,66	16,23	82,59	1,77
Итого:		682	19,15	41,12	76,82	766,05	90,13
5-й день							
111	Суп лапша	200	5,57	7,13	9,90	126,44	4,77
255/332	Печень по - строгановски 40/40	80	14,24	15,93	14,8	259,2	65,3
309	Рис отварной	150	2,92	2,36	30,67	156,06	16,58
377	Чай с сахаром	210	0,3	0,1	10,3	42,7	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	22	3,43	0,87	21,48	109,31	1,36
Итого:		662	26,46	26,39	87,15	693,71	90,13
6-й день							
20	Салат из свежих огурцов	50	1,44	6,1	7,6	91	9,79
97	Суп картофельный	200	1,87	2,26	13,5	91,2	10,43
235	Шницель рыбный	100	9,13	6,92	7,74	130	34,84
309	Макароны отварные	150	6,41	7,51	37,55	243,75	13,24
348	Компот из сухофруктов	180	0,13	0,05	24,54	117	6,6
хлеб	Хлеб пшеничный	30	3,38	0,86	21,01	106,87	1,48
фрукт	Яблоко	100	0,4	0,2	9,8	47	13,75
Итого:		810	22,76	23,9	121,74	826,82	90,13

Согласовано:
 Директор МБОУ «Школа № 111»

О.П. Бондарева



УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор
 МУП «ОБСНП города Ростова-на-Дону»
 Круглова Г.В.

Примерное двухнедельное региональное меню комплексных обедов для обучающихся 5-11 классов (с 11-17 лет) + ОВЗ

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход г.	Б гр.	Ж гр.	У гр.	Энер. Цен.	Цена
1-я неделя							
1-й день							
20	Салат из свежих огурцов	50	0,33	0,12	1,12	14,4	9,78
82	Борщ со свежей капусты и	200	1,44	6,94	8,55	83	9,53
294	Котлета рубленая из птицы	90	11,3	11,27	0,11	147,38	43,6
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,91	6,09	38,64	247,8	20,57
тгк	Сок фруктовый	200	0,06	0,16	27,8	114,6	23,68
хлеб	Хлеб пшеничный	40	1,32	0,24	7,93	39,6	2,52
фрукт	Яблоко	120	0,4	0,2	9,8	47	16,5
Итого:		850	20,76	25,02	93,95	693,78	126,18
2-й день							
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	80	1,66	0,12	2,28	14,40	16,95
97	Суп картофельный	200	4,98	3,08	16,04	112,41	10,43
229	Рыба тушеная в томате с овощами	150	12,15	11,95	3,8	155	50,12
304	Рис отварной	180	3,8	5,37	40	209,4	19,9
тгк	Напиток из смеси фруктов	200	0,2	0,16	20,31	83,12	12,08
хлеб	Хлеб пшеничный	25	1,68	0,35	9,15	49,5	1,57
фрукт	Яблоко	110	2,52	7,98	28,14	193,2	15,13
Итого:		945	26,99	29,01	119,72	817,03	126,18
3-й день							
236	Икра кабачковая	75	0,91	0,15	2,28	14,4	18,6
100	Рассольник Ленинградский	200	1,61	8,14	9,58	171,6	11
291	Плов из птицы(бедро) 75/150	200	18,51	16,71	27,34	274	40,69
тгк	Сок фруктовый	200	0,16	0,16	27,8	114,60	23,68
хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,89	0,99	24,35	123,88	2,51
	Дениш с малиновой начинкой	30	1,7	1,7	1,7	94	13,2
фрукт	Яблоко	120	0,4	0,4	14,8	70,5	16,5
Итого:		865	27,18	28,25	107,85	862,98	126,18
4-й день							
45	Салат из свежей капусты	100	0,82	0,25	3,1	14,4	9,59
111	Суп лапша	200	5,57	7,13	9,9	126,4	4,77
261	Печень тушеная в соусе 50/50	100	13,26	11,23	3,52	185	76,75
302	Каша пшеничная	160	6,32	4,5	20,90	221,35	12,14
377	Чай с сахаром и лимоном	214	0,3	0,1	28,20	116,6	3,47
хлеб	Хлеб пшеничный	47	3,8	0,4	36,18	108,14	2,96
фрукт	Яблоко	120	0,4	0,2	9,8	47	16,5
Итого:		941	30,47	23,81	111,6	818,89	126,18
5-й день							
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,66	0,12	2,28	14,40	18,21
102	Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	8,23	118,6	8,08
204	Макароны отварные с сыром 168/32	200	7,91	6,13	22,89	223,08	58,58
тгк	Напиток из смеси фруктов	200	0,13	0,02	15,2	62	12,08
хлеб	Хлеб пшеничный	35	3,8	0,4	36,18	108,14	2,28
десерт	Дениш с клубничной начинкой	30	0,44	0,44	10,78	51,7	13,20
фрукт	Яблоко	100	0,4	0,2	9,8	47	13,75
Итого:		865	17,73	11,53	105,36	624,92	126,18
6-й день							
71	Овощи свежие (огурец в нарезке)	100	0,38	3,05	2,23	38,18	15,75
111	Суп с лапшой	200	5,57	7,13	9,90	126,44	4,77
294	Котлеты рубленые из птицы	90	11,3	11,27	0,11	147,38	43,6
304	Рис отварной	180	3,8	5,37	40	209,4	19,9
тгк	Сок фруктовый	200	0,16	0,16	27,8	114,6	23,68
хлеб	Хлеб пшеничный	30	3,43	0,87	21,48	109,31	1,98
фрукт	Яблоко	120	0,2	0,4	9,8	47	16,5
Итого:		920	24,84	28,25	111,32	792,31	126,18
2-я неделя							
1-й день							
52	Салат из свеклы отварной	100	1,19	0,05	11,43	92,65	11,06
84	Борщ с фасолью и картофелем	200	3,45	4,19	11,45	108,4	10,29

256	Мясо тушеное (лопатка) 50/50	100	10,58	4,77	0,11	210	52,15
302	Каша пшеничная	200	6,41	7,51	37,55	243,75	17,02
348	Напиток из шиповника	200	0,32	0,08	28,2	131,17	9,76
хлеб	Хлеб пшеничный	51	3,98	1,01	24,83	126,31	3,21
фрукт	Яблоко	165	0,2	0,4	9,8	47	22,69
Итого:		1016	26,13	18,01	123,37	959,28	126,18
2-й день							
24	Салат из свежих помидоров и	100	0,71	0,04	7,19	31,92	18,21
118	Суп крестьянский с крупой ячневой	200	1,51	4,26	8,26	77,84	6,93
291	Плов из птицы (бедро) 50/150	200	26,69	17,82	47	451,17	40,69
тк	Сок фруктовый	200	0,06	0,06	15,34	62,44	23,68
хлеб	Хлеб пшеничный	60	3,89	0,99	24,35	123,88	3,83
десерт	Дениш с малиновой начинкой	30	1,7	1,7	1,7	94	13,2
	Мармелад	15	0,02	7,94	48,15	0,01	4,51
фрукт	Яблоко	110	0,28	0,28	6,86	22,4	15,13
Итого:		915	34,86	33,09	158,85	863,66	126,18
3-й день							
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,44	6,1	7,6	91,00	21,18
103	Суп картофельный с макаронными	200	2,15	2,27	13,96	94,6	8,65
235	Шницель рыбный	100	9,13	6,92	7,74	130	34,84
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	3,1	4,86	14,14	112,65	24,69
350	Кисель из вишни	200	0,13	0,05	24,54	117	11,54
хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,82	20,05	102,02	3,28
фрукт	Яблоко	160	0,63	0,14	2,67	30,10	22,00
Итого:		990	19,78	21,16	90,7	677,37	126,18
4-й день							
236	салат из квашеной капусты	55	0,57	2,67	2,31	36,75	11,25
99	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,2	10,25
259	Жаркое по-домашнему 50/150	200	14,06	33,71	18,95	437,71	64,11
тк	Сок фруктовый	200	0,66	0,09	32,01	132,8	23,68
хлеб	Хлеб пшеничный	50	2,59	0,66	16,23	82,59	3,14
фрукт	Яблоко	100	0,2	0,4	9,8	47	13,75
Итого:		805	19,35	41,52	86,62	813,05	126,18
5-й день							
45	Салат из свежей капусты	60	0,38	3,05	2,23	38,18	5,75
111	Суп лапша	200	5,57	7,13	9,90	126,44	4,77
255/332	Печень по - строгановски 50/50	100	14,24	15,93	14,8	259,2	80,27
309	Рис отварной	150	2,92	2,36	30,67	156,06	16,58
377	Чай с сахаром	210	0,3	0,1	10,3	42,7	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	25	3,43	0,87	21,48	109,31	1,56
фрукт	Яблоко	110	0,2	0,4	9,8	47	15,13
Итого:		855	27,04	29,84	99,18	778,89	126,18
6-й день							
20	Салат из свежих огурцов	50	1,44	6,1	7,6	91	9,79
97	Суп картофельный	200	1,87	2,26	13,5	91,2	10,43
304	Макароны отварные	150	6,41	7,51	37,55	243,75	13,24
229	Рыба тушеная в томате 75/75	150	18,52	9,41	7,22	199,5	50,12
тк	Сок фруктовый	200	0,13	0,05	24,54	117	23,68
хлеб	Хлеб пшеничный	38	3,38	0,86	21,01	106,87	2,42
фрукт	Яблоко	120	0,2	0,4	9,8	47	16,5
Итого:		908	31,95	26,59	121,22	896,32	126,18

Согласовано:

Директор МБОУ «Школа № 111»

О.П. Бондарева



УТВЕРЖДАЮ:

Исполнительный директор

Управления ИСП города Ростова-на-Дону

Круглова Г.В.

Примерное двухнедельное региональное меню комплексных завтраков для обучающихся 5-11 классов (с 11-17 сентября) для малообеспеченных семей

№ рец.	Наименование блюда	выход г.	Б гр.	Ж гр.	У гр.	Энер. Цен.	Цены
1 неделя							
1-й день							
15	Сыр твёрдый	15	4	3,9	0	54	18,6
14	Масло сливочное	15	1,2	7,25	0,28	99,13	19,13
120	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,38	3,8	14,36	120	16,74
383	Какао с молоком сгущенным	200	5,13	4,32	18,72	135,7	16,09
хлеб	Хлеб пшеничный	49	6,02	2,18	4,3	204,1	3,07
фрукт	Яблоко	120	0,4	0,2	9,8	47	16,5
Итого:		599	21,13	21,65	47,46	659,93	90,13
2-й день							
тк	Зеленый горошек	25	4,3	3	0	4,00	11,09
210	Омлет натуральный	150	13,93	24,82	0,72	289,65	52,63
376	Чай с сахаром	210	0,13	0,02	15,2	62	2,12
432	Булочка алтайская	40	3,59	2,53	21,81	126,63	5,28
хлеб	Хлеб пшеничный	40	1,32	0,24	7,93	39,6	2,51
фрукт	Яблоко	120	0,4	0,2	9,2	47	16,50
Итого:		585	23,67	30,81	54,86	568,88	90,13
3-й день							
279	Тефтели из говядины с соусом 80/30	110	7,49	11,49	5,24	127	57,96
309	Вермишель отварная	160	6,32	4,5	38,85	221,25	14,12
376	Чай с сахаром	210	0,13	0,02	15,2	62	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	34	3,2	7,93	29,68	104	2,18
фрукт	Яблоко	100	0,4	0,2	9,8	47	13,75
Итого:		614	17,54	24,14	98,77	561,25	90,13
4-й день							
224	Запеканка творожная с морковью и	150	11,16	13,13	44,01	298,50	66,43
377	Чай с сахаром	210	0,13	0,02	15,2	62	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	37	6,02	2,18	4,3	204,1	2,33
фрукт	Яблоко	140	0,54	0,12	10,2	52	19,25
Итого:		537	17,85	15,45	73,71	616,6	90,13
5-й день							
52	Салат из свеклы отварной	60	1,44	6,1	7,6	91,00	6,64
260	Гуляш свиной 50/50(лонетка)	100	14,44	35,03	17,12	443,58	52,47
302	Каша пшеничная	150	3,808	3,078	40,006	202,952	12,77
376	Чай с сахаром	210	0,13	0,02	15,2	62	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	38	1,32	0,24	7,93	39,6	2,38
фрукт	Яблоко	100	0,2	0,1	4,86	25,8	13,75
Итого:		658	21,338	44,568	92,716	864,932	90,13
6-й день							
229	Каша молочная «Дружба» 180/10	190	5,85	10,35	22,5	205,77	27,98
десерт	Пряник	25	1,68	1,5	22,89	108,6	10,59
15	Сыр твердый	10	4	3,9	0	54	12,4
383	Какао с молоком сгущенным	200	5,13	4,32	18,72	135,7	16,09
хлеб	Хлеб пшеничный	39	3,08	1,12	20,56	102,16	2,44
фрукт	Яблоко	150	0,4	0,2	10,3	47,00	20,63
Итого:		614	20,14	21,39	94,97	653,23	90,13
2-я неделя							
1-й день							
45	Салат из свежей капусты	100	0,93	3,37	4,44	43,43	9,59
234	Биточки рыбные	100	8,6	7	12,01	145	34,84

302	Рис отварной	180	3,85	4,32	40,17	224,43	19,9
377	Чай с сахаром	210	3,142	2,6	16,34	101,58	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	48	2,77	0,7	17,19	87,45	3,05
фрукт	Яблоко	150	0,32	0,32	7,84	37,6	20,63
Итого:		788	19,612	18,31	97,99	639,49	90,13
2-й день							
224	Запекашка творожная с морковью и	150	11,16	13,13	44,01	298,50	66,43
377	Чай с сахаром	210	0,3	0,01	6,6	27	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	37	4	1,01	24,83	126,31	2,33
фрукт	Яблоко	140	0,08	7,25	0,13	66,09	19,25
Итого:		537	15,54	21,4	75,57	517,9	90,13
3-й день							
71	Огурец свежий в нарезке	65	0,9	2,16	5,1	43,2	10,24
294	Котлета рубленая из птицы	90	16,87	13,66	19,91	282,48	43,6
302	Каша пшеничная	180	6,45	4,5		54,6	15,33
376	Чай с сахаром	210	0,2	0,01	6,4	26,4	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	37	3,31	0,84	20,53	104,4	2,34
фрукт	Яблоко	120	0,08	7,25	0,13	66,09	16,5
Итого:		702	27,81	28,42	27,06	577,17	90,13
4-й день							
24	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,92	3,1	5,62	54,2	10,93
279/330	Фрикадельки куриные с соусом 90/20	110	8,6	9,77	9,67	161,41	43,86
309	Макаронь отварные	150	6,04	4,58	38,5	218,48	13,24
	Мармелад	15	0,2	0	7,94	48,15	4,51
376	Чай с сахаром	210	0,3	0,01	6,6	27	2,12
хлеб	Хлеб пшеничный	27	4,31	1,09	26,75	136,02	1,72
фрукт	Яблоко	100	0,54	0,12	4,86	25,8	13,75
Итого:		672	20,91	18,67	99,94	671,06	90,13
5-й день							
229	Каша молочная «Дружба» 180/10	190	14,565	5,795	24,234	167,356	27,98
15	Сыр твердый	10	4	3,9	0	54	12,4
383	Какао с молоком сгущенным	200	3,142	2,511	16,344	101,582	16,09
хлеб	Хлеб пшеничный	47	3,77	0,95	23,4	119,02	2,99
десерт	Пряник	25	0,08	7,25	0,13	66,09	10,59
фрукт	Апельсин	110	0,54	0,12	4,86	25,8	20,08
Итого :		582	26,097	20,526	68,968	533,848	90,13
6-й день							
тгк	Зеленый горошек	20	0,31	0,02	0,65	4,00	8,87
210	Омлет натуральный	150	13,93	24,827	0,72	289,65	52,63
376	Чай с сахаром	210	0	0	12,201	48,78	2,12
тгк	Булочка алтайская	40	3,6	2,5	21,8	124,4	5,28
хлеб	Хлеб пшеничный	31	4,31	1,09	26,75	136,02	1,98
фрукт	Яблоко	140	0,54	0,12	4,86	25,8	19,25
Итого :		591	22,69	28,557	66,981	628,65	90,13