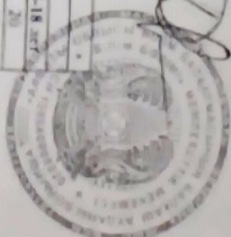


Перспективное меню блюд для школьников общеобразовательных школ

Утверждено
руководителем
4. Андреев 2025

Андреев



№ п.п.	Наименование блюда	Выход блюда, гр				Итого	Потребности блюда				Итого
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	250		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	250	
1	Суп с вермишелью	200	250	250	250		картофель	16	18	20	
							картофель	30	35	38	
							морковь	10	12	12	
							лук репчатый	13	14	15	
							масло растительное	6	8	10	
							соль, водоросли	0,5	0,5	1	
							специи	1	1	1	
							уксус	6	8	9	
							лук репчатый	20	35	40	
							уксус	13	14	15	
							масло сливочное	4	5	5	
							соль, водоросли	6	8	9	
							специи	0,5	1	2	
							масло сливочное	20	40	50	
							соль, водоросли	4	4	6	
							уксус	0,5	0,5	1	
							картофель	20	20	20	
							лук репчатый	25	35	40	

1 -й день

№ п.п.	Наименование блюда	Выход блюда, гр				Итого	Потребности блюда				Итого
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	250		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет	250	
1	Суп с вермишелью	200	250	250	250		картофель	5	7	9	
							масло сливочное	6	7	8	
							соль, водоросли	0,5	0,5	0,5	
							уксус	5	7	9	
							специи	1	1	1	
							масло сливочное	164	185	210	
							соль, водоросли	10	12	14	
							уксус	13	14	15	
							масло сливочное	10	12	12	
							соль, водоросли	10	12	12	
							специи	2,5	40	55	
							масло сливочное	4	5	6	
							уксус	25	35	40	
							картофель	5	5	5	
							соль	8	8	10	

2-й день

№ п/п	Исходные продукты	Выход блюда, гр			Исходные продукты	Выход блюда, гр		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
3-й день								
1	салат свежий				огурцы	7-10 лет 10	11-14 лет 12	15-18 лет 14
2	Куря отварные с соусом				помидоры	5	7	8
3					масло растительное	6	0,5	0,5
4	Гарнир рисовый	100	150	150	соль, кипяченая	0,5	0,5	0,5
5	Кисель с витамином С	200	200	200	курица	140	165	200
6	Хлеб	20	35	40	двк печеный	3	30	50
7	Яблоко	100	100	100	соус	0,5	0,5	1
					соль, кипяченая	0,5	0,5	0,5
					цельный	0,5	0,5	0,5
					рис	35	48	52
					масло сливочное	4	5	6
					соль, кипяченая	0,5	0,5	0,5
					концентрат кисель	20	20	20
					сахар	10	10	10
					вода	190	190	190
					хлеб	20	35	40
					яблоко	100	100	100
4-й день								
1	Наименование блюда	Выход блюда, гр			Исходные продукты	Брутто, гр		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
2	Плов с мясом говядины	150	200	250	морковь	14	17	19
3	Хлеб	20	35	40	растительное масло	7	11	11
4	Салат из свежих овощей	50	60	80	мясо говядины	102	122	133
5	Хлеб	20	35	40	рисовая крупа	34	46	66
6	Кисель	200	200	200	двк	10	11	12
7					соль, кипяченая	1	1	1
8					хлеб	20	35	40
9					салатная заправка	12	13	14
10					белокочанная капуста	75	80	90
11					морковь	15	25	35
12					огурцы свежие	8	10	15
13					кисель	20	20	20
14					сахар	10	10	10

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, гр			Ингредиенты блюда	Брутто, гр.		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
2	Мясные котлеты	80	100	100	мясо говядины	101	121	134
					молоко	30	30	30
					сметана	2	2,3	3
					растительное масло	3	7	9
					яйцо	1	3	3
3	Пшеничный хлеб/черный хлеб	20	35	40	соль поваренная	0,5	0,5	1
					хлеб	20	35	40
					сливочное масло	5	6	8
					картофель	70	75	80
					соль поваренная	0,5	0,5	1
4	Картофельное пюре	115	140	150	молоко	30	30	30
					сметана	5	5	5
5	Компот из сухофруктов	200	200	200	сахар	10	10	10

II дети	Наименование блюда	Выход блюда, гр			Наименование блюда	Выход, гр		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Плов с мясом говядины	150	200	250	соль	14	17	19
					растительное масло	2	11	11
					мясо говядины	102	122	133
					рисовая крупа	24	46	66
2	Сок	200	200	200	сок виноградный	1	1	1
3	Хлеб	25	35	40	Сок	200	200	200
4	морковный салат				Хлеб	25	35	40
					морковь	9	10	13
					масло растительное	4	5	5

II дети	Наименование блюда	Выход блюда, гр			Наименование блюда	Выход, гр		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	Салат овощной с курицей и яблоком	60	80	100	свежая капуста	35	40	55
					огурцы и помидоры	20	25	30
					свекла	2	4	5
					масло растительное	4	5	6
2	Курица отварная с соусом	80	80	80	курица	15	17	20
					белок	140	165	200
3	Картофельное пюре	100	150	150	сок	3	3	4
					сок виноградный	30	40	50
					желтки	0,5	0,5	1
					молоко	0,5	0,5	0,5
4	Компот	200	200	200	масло сливочное	5,5	60	65
					сок	3	4	6
5	Хлеб	25	35	40	сок	0,5	0,5	0,5
					сахар	5	5	5
					кислота	10	10	10
					хлеб	25	35	40

II дети	Наименование блюда	Выход блюда, гр			Наименование блюда	Выход, гр		
		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
1	салат свежий	30	60	70	огурцы свежие	25	25	25
					сок томатный	25	25	25
					масло растительное	6	7	8
					сок виноградный	0,5	0,5	0,5
					сок лимонный	10	11	15
2	Уп. ливин. ливин. ливин. ливин.	200	250	250	клубника	2	6	6
					сок виноградный	0,5	0,5	1
					сок лимонный	1	3	3
					масло сливочное	4	5	7
3	Хлеб	25	35	40	масло сливочное	14	68	68
4	Хлеб	100	100	100	сок	20	20	20
5	Хлеб	25	35	40	сок	135	135	135
					хлеб	25	35	40

5-й день

4-й день

3-й день