

Согласовано

Директор МБОУ-СОШ № 55



Л.В. Шаерман

Утверждаю директор

ООО «Комбинат общественного питания



О.Ю. Козырева

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ Г. ЕКАТЕРИНБУРГ
НА ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ 2024-2025 УЧЕБНОГО ГОДА
за счет средств родительской платы одноразовое питание (обед)
5-11 КЛАСС суп

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: ЕКБ Комплекс (суп) 5-11 класс

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Борщ с морской капустой и сметаной	250	2,13	7	12,18	109,5	63,01
Итого за Обед		250	2,13	7	12,18	109,5	
Итого за день		250	2,13	7	12,18	109,5	

(лист 2)

Рацион: ЕКБ Комплекс (суп) 5-11 класс

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп-пюре овощной	250	2,53	5	15,78	147,5	1 016
	Гренки из пшеничного хлеба	15	1,94		11,71	60	943
Итого за Обед		265	4,47	5	27,49	207,5	
Итого за день		265	4,47	5	27,49	207,5	

(лист 3)

Рацион: ЕКБ Комплекс (суп) 5-11 класс

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6	18,77	148,6	1 030
Итого за Обед		250	2,64	6	18,77	148,6	
Итого за день		250	2,64	6	18,77	148,6	

(лист 4)

Рацион: ЕКБ Комплекс (суп) 5-11 класс

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп овощной Минестроне	250	1,91	4	11,17	90,4	1 165,04
Итого за Обед		250	1,91	4	11,17	90,4	
Итого за день		250	1,91	4	11,17	90,4	

(лист 5)

Рацион: ЕКБ Комплекс (суп) 5-11 класс

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,97	7	16,43	137	1 058
Итого за Обед		250	2,97	7	16,43	137	
Итого за день		250	2,97	7	16,43	137	

(лист 6)

Рацион: ЕКБ Комплекс (суп) 5-11 класс

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,42	3	17,18	134,4	1 050
Итого за Обед		250	2,42	3	17,18	134,4	
Итого за день		250	2,42	3	17,18	134,4	

(лист 7)

Рацион: ЕКБ Комплекс (суп) 5-11 класс

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп из овощей	250	1,91	4	11,17	90,4	1 165
Итого за Обед		250	1,91	4	11,17	90,4	
Итого за день		250	1,91	4	11,17	90,4	

(лист 8)

Рацион: ЕКБ ЛЕН Комплекс суп 26,69р

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Солянка со сметаной	250	5,28	6	9,7	110,6	1 020
Итого за Обед		250	5,28	6	9,7	110,6	
Итого за день		250	5,28	6	9,7	110,6	

(лист 9)

Рацион: ЕКБ Комплекс (суп) 5-11 класс

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп-пюре из гороха	250	7,71	2	22,63	135,4	1 049
Итого за Обед		250	7,71	2	22,63	135,4	
Итого за день		250	7,71	2	22,63	135,4	

(лист 10)

Рацион: ЕКБ Комплекс (суп) 5-11 класс

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,91	6	9,2	137,1	124
Итого за Обед		250	1,91	6	9,2	137,1	
Итого за день		250	1,91	6	9,2	137,1	
Итого за период		2 515	33,35	50	155,92	1300,9	
Среднее значение за период		251,5	3,3	5	15,6	130,1	