



Согласовано
МБОУ-СОШ
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 ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ 2024-2025 УЧЕБНОГО ГОДА
за счет средств родительской платы одноразовое питание (обед)
5-11 КЛАСС суп

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Меню 12лет и старше Екатеринбург ШУ (

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	*Суп с вермишелью и мясом кур	250	2,42	2	17,43	100,8	1 039,02
Итого за Обед		250	2,42	2	17,43	100,8	
Итого за день		250	2,42	2	17,43	100,8	

(лист 2)

Рацион: Меню 12лет и старше Екатеринбург ШУ (

Неделя: 1

День: вторник

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	5	9,2	137,1	124
Итого за Обед		250	1,91	5	9,2	137,1	
Итого за день		250	1,91	5	9,2	137,1	

(лист 3)

Рацион: Меню 12лет и старше Екатеринбург ШУ (

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Солянка домашняя со сметаной	250	5,73	13	9,54	184,4	157
Итого за Обед		250	5,73	13	9,54	184,4	
Итого за день		250	5,73	13	9,54	184,4	

(лист 4)

Рацион: Меню 12лет и старше Екатеринбург ШУ (

Неделя: 1

День: четверг

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
Итого за Обед		250	2,53	5	15,78	971,2	
Итого за день		250	2,53	5	15,78	1617,8	

(лист 5)

Рацион: Меню 12лет и старше Екатеринбург ШУ (

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп картофельный с горохом	250	4,82	5	21,43	140,6	139,04
Итого за Обед		250	4,82	5	21,43	140,6	
Итого за день		250	4,82	5	21,43	140,6	

(лист 6)

Рацион: Меню 12лет и старше Екатеринбург ШУ (

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп картофельный со сметаной	250	2,68	4	20,28	130,2	84
Итого за Обед		250	2,68	4	20,28	130,2	
Итого за день		250	2,68	4	20,28	130,2	

(лист 7)

Рацион: Меню 12лет и старше Екатеринбург ШУ (

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп картофельный с вермишелью	250	2,37	5	20,01	137,8	115,03
Итого за Обед		250	2,37	5	20,01	137,8	
Итого за день		250	2,37	5	20,01	137,8	

(лист 8)

Рацион: Меню 12лет и старше Екатеринбург ШУ (

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,79	7	17,34	147,5	1 021
Итого за Обед		250	3,79	7	17,34	147,5	
Итого за день		250	3,79	7	17,34	147,5	

(лист 9)

Рацион: Меню 12лет и старше Екатеринбург ШУ (

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	250	3,78	6	25,23	137,9	1 030
Итого за Обед		250	3,78	6	25,23	137,9	
Итого за день		250	3,78	6	25,23	137,9	

(лист 10)

Рацион: Меню 12лет и старше Екатеринбург ШУ (

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп из разных овощей	250	1,98	4	10,66	120,6	1 181
Итого за Обед		250	1,98	4	10,66	120,6	
Итого за день		250	1,98	4	10,66	120,6	