



Согласовано

Директор МАОУ-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 2025-2026 УЧЕБНОГО ГОДА
за счет средств родительской платы одноразовое питание (обед)
5-11 КЛАСС выпечка**

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Меню 12 лет и старше вып Екатеринбург

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Маффин ванильный	60	6,21	6	44,16	259,5	450,05
Итого за Полдник		60	6,21	6	44,16	259,5	
Итого за день		60	6,21	6	44,16	259,5	

(лист 2)

Рацион: Меню 12 лет и старше вып Екатеринбург

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Ватрушка с повидлом	60	3,83	3	40,28	197,6	938
Итого за Полдник		60	3,83	3	40,28	197,6	
Итого за день		60	3,83	3	40,28	197,6	

(лист 3)

Рацион: Меню 12 лет и старше вып Екатеринбург

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Слойка с клубникой	90	7,52	7	255,71	173,9	1 871
Итого за Полдник		90	7,52	7	255,71	173,9	
Итого за день		90	7,52	7	255,71	173,9	

(лист 4)

Рацион: Меню 12 лет и старше вып Екатеринбург

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Булочка дорожная	60	4,41	11	34,55	188,9	770
Итого за Полдник		60	4,41	11	34,55	188,9	
Итого за день		60	4,41	11	34,55	188,9	

(лист 5)

Рацион: Меню 12 лет и старше вып Екатеринбург

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Маффин шоколадный	60	3,34	7	37,93	221,4	1 144,02
Итого за Полдник		60	3,34	7	37,93	221,4	
Итого за день		60	3,34	7	37,93	221,4	

(лист 6)

Рацион: Меню 12 лет и старше вып Екатеринбург

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Булочка "Веснушка"	60	5,16	4	35,41	196,8	934
Итого за Полдник		60	5,16	4	35,41	196,8	
Итого за день		60	5,16	4	35,41	196,8	

(лист 7)

Рацион: Меню 12 лет и старше вып Екатеринбург Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Улитка с шоколадом	75	5,49	5	27,08	328,1	1 879
Итого за Полдник		75	5,49	5	27,08	328,1	
Итого за день		75	5,49	5	27,08	328,1	

(лист 8)

Рацион: Меню 12 лет и старше вып Екатеринбург Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Булочка домашняя	60	4,53	7	37,11	236,4	769,12
Итого за Полдник		60	4,53	7	37,11	236,4	
Итого за день		60	4,53	7	37,11	236,4	

(лист 9)

Рацион: Меню 12 лет и старше вып Екатеринбург Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Маффин шоколадный	60	3,34	7	37,93	221,4	1 144,02
Итого за Полдник		60	3,34	7	37,93	221,4	
Итого за день		60	3,34	7	37,93	221,4	

(лист 10)

Рацион: Меню 12 лет и старше вып Екатеринбург Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Полдник	Завитушка с корицей	75	5,85	5	198,89	881,3	1 668
Итого за Полдник		75	5,85	5	198,89	881,3	
Итого за день		75	5,85	5	198,89	881,3	
Итого за период		660	49,68	62	749,05	2905,3	
Среднее значение за период		66	5	6,2	74,9	290,5	

Составил _____

Утвердил _____