

Директор
МуП
Л.А. Пузырникова



Утверждаю
Директор МУП "Новосергиевка АКВА"
Л.А. Пузырникова



**Меню горячих вторых завтраков на 2023-2024 учебный год
(Оренбургская область - 2 вариант, МУП "Новосергиевка-АКВА")**

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся: овз

№ рец	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая цена ккал	
	Понедельник, 1 неделя						
	второй завтрак						
54-26к	Каша жидкая молочная рисовая	100	2,3	2,9	12,1	83,6	9,80
54-45г	Чай с сахаром	200	0,1	0	5,2	21,4	3,00
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,40
	Итого	320	3,9	3,1	27,1	151,9	14,20
	Вторник, 1 неделя						
	второй завтрак						
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,5	4,2	24	155,8	7,80
54-3со	Соус красный основной	30	1	0,7	2,7	21,2	2,00
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,00
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,40
	Итого	350	8,2	5,1	42,9	250,7	14,20
	Среда, 1 неделя						
	второй завтрак						
54-1г	Макароньы отварные	100	3,5	3,3	21,9	131,2	7,80
54-3со	Соус красный основной	30	1	0,7	2,7	21,2	2,00
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,00
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,40
	Итого	150	6	4,2	34,4	226,1	14,20
	Четверг, 1 неделя						
	второй завтрак						
54-9г	Рагу из овощей	100	1,9	5	9,1	88,9	9,80
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,00
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,40
	Итого	320	3,6	5,2	25,3	162,6	14,20
	Пятница, 1 неделя						
	второй завтрак						
54-16к	Каша "Дружба"	100	2,5	2,9	12	84,5	9,80
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,00
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,40

Директор
МОБУ
Школа

СОГЛАСОВАНО



Утверждаю:

Директор МУП "Новосергиевка АКВА"

П.А.Пузырникова



**Меню горячих завтраков на 2023-2024 учебный год
(Оренбургская область - 2 вариант, МУП "Новосергиевка-АКВА")**

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся: овз

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
		г.	г.	г.	г.	ккал	порции
Неделя 1 Понедельник							
Завтрак							
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	100	7,2	9,2	44	287,8	31,10
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,00
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35	21,50
Пром.	Хлеб ржаной	20	3,4	0,4	22,1	105,5	1,50
Итого за Завтрак		590	17,9	16	88,4	569,5	57,10
Рекомендуемая величина			15,4	15,8	67	470-675.6	
Процентное соотношение БЖУ			1	0,89	4,94		
Неделя 1 Вторник							
Завтрак							
54-18з	Салат из свеклы с черносливом	60	0,9	3,3	7,8	63,7	6,00
54-11г	Картофельное пюре	100	3,1	5,3	19,8	139,4	18,00
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	14,1	5,8	4,4	126,4	28,60
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,00

Директор
З.А.Сидорова

СОГЛАСОВАНО



2023г

Утверждаю

Директор МУП "Новосергиевка АКВА"



Л.А.Пузырникова

2023г

**Меню горячих обедов на 2023-2024 учебный год
(Оренбургская область - 2 вариант, МУП "Новосергиевка-АКВА")**

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: овз

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углевод	Калорий	цена
		г.	г.	г.	ы г.	ность ккал	
Неделя 1 Понедельник							
Обед							
54-4с	Рассольник домашний	200	5,7	7,1	14,5	145,1	15,00
54-27м	Капуста тушеная с мясом птицы	150	19,3	9,5	12	210,4	26,30
54-3хн	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3	13,00
Пром.	Хлеб пшеничный	40	4,6	0,5	29,5	140,6	2,80
Итого за Обед		870	33,4	22,2	93	704,7	57,10
Рекомендуемая величина			23,1	23,7	100,5	705-1036,4	
Процентное соотношение БЖУ			1	0,66	2,78		
Неделя 1 Вторник							
Обед							
54-11з	Салат из моркови и яблок	50	0,6	7,1	5	86,7	6,00
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4	12,00
54-6г	Рис отварной	100	3,6	4,8	36,4	203,5	9,00
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	50	12,8	4,1	6,1	112,3	16,30
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	1,1	2,2	2,9	35,7	2,00
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6	9,00
Пром.	Хлеб пшеничный	40	4,6	0,5	29,5	140,6	2,80
Итого за Обед		840	29,6	24,9	109,9	782	57,10
Рекомендуемая величина			23,1	23,7	100,5	705-1036,4	
Процентное соотношение БЖУ			1	0,84	3,71		
Неделя 1 Среда							
Обед							
54-34з	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	50	2	5	7,3	82	6,00
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,2	2,8	18,5	119,6	9,00
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	100	4,4	5,3	30,5	187,1	5,00

Директор
Заслуженный
учитель



Утверждаю:
Директор МУП "Новосергиевка АКВА"
Л.А.Пузырникова



**Меню горячих полдников на 2023-2024 учебный год
(Оренбургская область - 2 вариант, МУП "Новосергиевка-
АКВА")**

Возрастная категория: от 12 до 18 лет
Характеристика питающихся: овз

№ рецеп	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г	Углевод г	Энергетич ккал	цена
	Понедельник, 1 неделя						
	дополнительный завтрак						
54-26к	Каша жидкая молочная рисовая	100	2,3	2,9	12,1	83,6	9,80
54-45гн	Чай с сахаром	200	0,1	0	5,2	21,4	3,00
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,40
	Итого	320	3,9	3,1	27,1	151,9	14,20
	Вторник, 1 неделя						
	дополнительный завтрак						
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,5	4,2	24	155,8	7,80
54-3соу	Соус красный основной	30	1	0,7	2,7	21,2	2,00
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,00
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,40
	Итого	350	8,2	5,1	42,9	250,7	14,20
	Среда, 1 неделя						
	дополнительный завтрак						
54-1г	Макароны отварные	100	3,5	3,3	21,9	131,2	7,80
54-3соу	Соус красный основной	30	1	0,7	2,7	21,2	2,00
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,00
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,40
	Итого	150	6	4,2	34,4	226,1	14,20
	Четверг, 1 неделя						
	дополнительный завтрак						
54-9г	Рагу из овощей	100	1,9	5	9,1	88,9	9,80
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,00
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,40
	Итого	320	3,6	5,2	25,3	162,6	14,20
	Пятница, 1 неделя						
	дополнительный завтрак						
54-16к	Каша "Дружба"	100	2,5	2,9	12	84,5	9,80
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,00
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,40

Директор
Клименко
Л.А.

СОГЛАСОВАНО



Утверждаю

Директор МУП "Новосергиевка АКВА"
Л.А. Пузырникова



" " 2023г. " "

Примерное 10-ти дневное меню горячих завтраков
в ОУ Новосергиевского района на 2023 - 2024гг.
(12-18 лет)

№	Наименование блюда	Вес	Цена
п/п			
Первый день.			
114	каша рисовая молочная	50	7,00
Гост 2698786	Хлеб 1С	20	1,20
366	сыр	10	14,00
	родительская доплата		22,20
233	пирожок с повидлом	50	12,00
366	сыр	10	13,00
	родительская доплата		25,00
Гост 2698786	Хлеб 1С	20	2,00
299	чай с сахаром	200	3,00
114	каша рисовая молочная	50	7,00
	родительская доплата		12,00
114	каша рисовая молочная	100	12,59
	дотация		12,59
	Итого:		71,79
Второй день.			
189	котлета из говядины на пару	80	45,00
219	каша гречневая	50	2,80
Гост 2698786	Хлеб 1С	20	1,20
	родительская доплата		49,00
189	котлета из говядины на пару	40	25,00
	родительская доплата		25,00
Гост 2698786	Хлеб 1С	20	2,00
299	чай с сахаром	200	3,00
587	соус томатный	50	4,00
	родительская доплата		9,00
189	каша гречневая	150	12,59
	дотация		12,59
	Итого:		95,59
Третий день.			

СОГЛАСОВАНО

Утверждаю:

Директор МУП "Новосергиевка АКВА"

Л.А.Пузырникова

2023г

АК 2023г

Меню горячих завтраков
(Оренбургская область - 2 вариант, МУП "Новосергиевка-АКВА")
Возрастная категория: от 7 до 11 лет на 2023-2024 гг.
Характеристика питающихся: Без особенностей

Неделя 1			
Понедельник			
Завтрак			
№ рецептуры	Название блюда	Выход	ЦЕНА
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	10,00
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	200	24,41
54-2гн	Чай с сахаром	200	3,00
Пром.	Хлеб пшеничный	25	2,00
Пром.	Мандарин	100	20,00
Пром.	Хлеб ржаной	20	2,00
Итого за Завтрак		555	61,41
Вторник			
Завтрак			
№ рецептуры	Название блюда	Выход	ЦЕНА
54-18з	Салат из свеклы с черносливом	50	6,00
54-11г	Картофельное пюре	150	12,00
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	23,41
54-21гн	Какао с молоком	200	16,00
Пром.	Хлеб пшеничный	20	2,00
Пром.	Хлеб ржаной	20	2,00
Итого за Завтрак		530	61,41
Среда			
Завтрак			
№ рецептуры	Название блюда	Выход	ЦЕНА
54-1о	Омлет натуральный	200	32,41
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	7
Пром.	Яблоко	100	18
Пром.	Хлеб пшеничный	20	2
Пром.	Хлеб ржаной	20	2
Итого за Завтрак		540	61,41
Четверг			
Завтрак			
№ рецептуры	Название блюда	Выход	ЦЕНА
54-1т	Запеканка из творога	150	29,41
54-2гн	Чай с сахаром	200	3
Пром.	Джем из абрикосов	10	2
Пром.	Мандарин	100	23