

«Согласовано»

Директор МБОУ

«Центр образования № 9»

«Утверждено»

Генеральный

Директор

ООО «Кимрод»



Е.А. Кулагина

13.01.2023 г.



И.С. Павлова

**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ УЧАСТНИКОВ СВО
(обеды)**

г. НОВОМОСКОВСКА И НОВОМОСКОВСКОГО РАЙОНА

на 2023 год.

Примерное двухнедельное меню для обучающихся участников СВО

| Номер рецептуры | Наименование блюда | Цена | Вес блюда | | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры или |
|-----------------|---|---------------|-----------|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|---------------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 день | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | Суп из овощей | 28,00 | г | 250 | 1,75 | 4,63 | 10,10 | 89,00 | 54-17с-2020 |
| | Котлета из курицы с соусом сметанным | 55,50 | г | 75 | 14,30 | 3,20 | 10,00 | 126,00 | 54-5м-2020 |
| | Макаронные изделия отварные | 10,00 | г | 150 | 5,30 | 4,90 | 32,80 | 196,80 | 54-1г-2020 |
| | Компот из свежих яблок | 8,00 | г | 200 | 0,20 | 0,10 | 9,90 | 41,60 | 54-32хн-2020 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 4,00 | г | 30 | 2,00 | 0,40 | 11,90 | 58,70 | пром. |
| | Итого обед: | 105,50 | | 735 | 23,95 | 15,73 | 75,70 | 540,10 | |
| 2 день | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | Суп картофельный с клецками | 28,00 | г | 250 | 5,80 | 4,10 | 14,30 | 117,00 | 54-6с-2020 |
| | Капуста тушеная с мясом | 65,50 | г | 260 | 28,60 | 28,60 | 17,30 | 441,00 | 54-10м-2020 |
| | Компот из кураги | 8,00 | г | 200 | 1,00 | 0,10 | 15,60 | 66,90 | 54-2хн-2020 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 4,00 | г | 40 | 2,70 | 0,50 | 15,90 | 78,30 | пром. |
| | Итого обед: | 105,50 | | 750 | 38,10 | 33,30 | 63,10 | 703,20 | |
| 3 день | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | Суп гороховый | 28,00 | г | 250 | 8,10 | 3,50 | 18,60 | 138,60 | 54-25с-2020 |
| | Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай) | 55,50 | г | 110 | 20,90 | 24,20 | 6,05 | 325,00 | 54-9р-2020 |
| | Картофельное пюре | 10,00 | г | 150 | 3,10 | 5,30 | 19,80 | 139,40 | 54-11г-2020 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 8,00 | г | 200 | 0,50 | 0,00 | 19,80 | 81,00 | 54-1хн-2020 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 4,00 | г | 40 | 2,70 | 0,50 | 15,90 | 78,30 | пром. |
| | Итого обед: | 105,50 | | 750 | 35,30 | 33,50 | 80,15 | 762,30 | |
| 4 день | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | Борщ с капустой и картофелем | 28,00 | г | 250 | 5,88 | 7,10 | 12,60 | 138,00 | 54-2с-2020 |
| | Жаркое по-домашнему | 65,50 | г | 260 | 26,10 | 24,40 | 22,40 | 413,00 | 54-9м-2020 |
| | Компот из свежих яблок | 8,00 | г | 200 | 0,20 | 0,10 | 9,90 | 41,60 | 54-1соус-2020 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 4,00 | г | 40 | 2,70 | 0,50 | 15,90 | 78,30 | пром. |
| | Итого обед: | 105,50 | | 750 | 34,88 | 32,10 | 60,80 | 670,90 | |
| 5 день | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | Рассольник ленинградский | 28,00 | г | 250 | 6,00 | 7,30 | 17,00 | 156,90 | 54-3с-2020 |
| | Плов с курицей | 65,50 | г | 270 | 24,90 | 10,04 | 44,60 | 369,00 | 54-12м-2020 |
| | Компот из изюма | 8,00 | г | 200 | 0,40 | 0,10 | 18,30 | 75,90 | 54-4хн-2020 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 4,00 | г | 40 | 2,70 | 0,50 | 15,90 | 78,30 | пром. |
| | Итого обед: | 105,50 | | 760 | 31,30 | 17,44 | 79,90 | 601,80 | |
| 6 день | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | Суп лапша с курицей | 28,00 | г | 250 | 14,60 | 8,60 | 11,60 | 243,00 | 155 |
| | Кнели куриные с соусом красным основным | 55,50 | г | 75 | 13,00 | 13,20 | 5,60 | 192,00 | 411 |
| | | | г | 30 | 0,96 | 0,70 | 2,70 | 21,20 | 54-3соус-2020 |

| | | | | | | | | | |
|---------|---|---------------|---|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| | Каша гречневая рассыпчатая | 10,00 | г | 150 | 8,60 | 7,80 | 37,00 | 253,00 | 237 |
| | Компот из кураги | 8,00 | г | 200 | 1,00 | 0,10 | 15,60 | 66,90 | 54-2хн-2020 |
| | Хлеб ржано- пшеничный | 4,00 | г | 40 | 2,70 | 0,50 | 15,90 | 78,30 | пром. |
| | | | | | | | | | |
| | Итого обед: | 105,50 | | 745 | 40,86 | 30,90 | 88,40 | 854,40 | |
| 7 день | Обед | | | | | | | | |
| | Щи из свежей капусты | 28,00 | г | 250 | 5,90 | 7,00 | 7,10 | 115,20 | 54-1с-2020 |
| | Сосиска отварная | 55,50 | г | 75 | 7,82 | 14,00 | 0,15 | 159,00 | 102 |
| | Макаронные изделия отварные | 10,00 | г | 150 | 5,30 | 4,90 | 32,80 | 196,80 | 54-1г-2020 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 8,00 | г | 200 | 0,50 | 0,00 | 19,80 | 81,00 | 54-1хн-2020 |
| | Хлеб ржано- пшеничный | 4,00 | г | 40 | 2,70 | 0,50 | 15,90 | 78,30 | пром. |
| | | | | | | | | | |
| | Итого обед: | 105,50 | | 715 | 22,22 | 26,40 | 75,75 | 630,30 | |
| 8 день | Обед | | | | | | | | |
| | Суп молочный с макаронными изделиями | 28,00 | г | 250 | 7,10 | 6,60 | 23,70 | 183,00 | 165 |
| | Котлета из говядины с соусом красным основным | 55,50 | г | 75 | 13,40 | 13,20 | 10,70 | 214,00 | 286 |
| | | | г | 30 | 0,96 | 0,70 | 2,70 | 21,20 | 54-3соус-2020 |
| | Картофельное пюре | 10,00 | г | 150 | 3,10 | 5,30 | 19,80 | 139,40 | 54-11г-2020 |
| | Компот из изюма | 8,00 | г | 200 | 0,40 | 0,10 | 18,30 | 75,90 | 54-4хн-2020 |
| | Хлеб ржано - пшеничный | 4,00 | г | 40 | 2,70 | 0,50 | 15,90 | 78,30 | пром. |
| | | | | | | | | | |
| | Итого обед: | 105,50 | | 745 | 27,66 | 26,40 | 91,10 | 711,80 | |
| 9 день | Обед | | | | | | | | |
| | Борщ с капустой и картофелем | 28,00 | г | 250 | 5,90 | 7,10 | 12,60 | 138,00 | 54-2с-2020 |
| | Голубцы ленивые с соусом красным основным | 65,50 | г | 200 | 12,90 | 14,10 | 18,40 | 252,00 | 296 |
| | | | г | 50 | 1,60 | 1,20 | 4,50 | 35,30 | 54-3соус-2020 |
| | Хлеб ржано- пшеничный | 4,00 | г | 40 | 2,70 | 0,50 | 15,90 | 78,30 | пром. |
| | Компот из свежих яблок | 8,00 | г | 200 | 0,20 | 0,10 | 9,90 | 41,60 | 54-32хн-2020 |
| | | | | | | | | | |
| | Итого обед: | 105,50 | | 740 | 23,30 | 23,00 | 61,30 | 545,20 | |
| 10 день | Обед | | | | | | | | |
| | Суп гороховый | 28,00 | г | 250 | 8,10 | 3,50 | 18,60 | 138,60 | 54-25с-2020 |
| | Колбаса отварная с соусом красным основным | 55,50 | г | 75 | 7,80 | 14,03 | 0,15 | 159,00 | 102 |
| | | | г | 30 | 0,96 | 0,70 | 2,70 | 21,20 | 54-3соус-2020 |
| | Рис отварной | 10,00 | г | 150 | 3,60 | 4,80 | 36,40 | 203,50 | 54-6г-2020 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 8,00 | г | 200 | 0,50 | 0,00 | 19,80 | 81,00 | 54-1хн-2020 |
| | Хлеб ржано- пшеничный | 4,00 | г | 40 | 2,70 | 0,50 | 15,90 | 78,30 | пром. |
| | | | | | | | | | |
| | Итого обед: | 105,50 | | 745 | 23,66 | 23,53 | 93,55 | 681,60 | |