

№ 421 от 08 "10 2025 г.

Тохтамышева И.З.

Меню приготавливаемых блюд за 2025-2026 учебный год
для учащихся 1-4 классах (ГПД)

Возрастная категория: 7-11 лет

№	Наименования блюда	Выход г/шт	Энергет. ценность	Пищевые вещества			№ рецептуры
				Б	Ж	У	
Неделя 1 День 1							
	Запеканка из творога со сметаной	150	301,2	29,7	10,7	21,7	54-1т
	Чай с сахаром	200	26,8	0,2	0	6,5	54-2гн
	Морковь отварная в нарезке	60	37,6	0,8	2	4,1	54-27з
	Хлеб пшеничный	50	110,3	4,48	0,64	21,3	б/н
	Итого	460	475,9	35,18	13,34	53,6	
Неделя 1 День 2							
	Яйцо отварное	40	56,6	4,8	4	0,3	54-6о
	Чай с сахаром	200	26,8	0,2	0	6,5	54-2гн
	Конд. изд: мармелад	20	64,6		0	14	
	Хлеб пшеничный	50	110,3	4,48	0,64	21,3	б/н
	Итого	310	258,3	9,48	4,64	42,1	
Неделя 1 День 3							
	Борщ со сметаной	250	451,2	8,5	21,3	48,4	54-2с
	Чай с сахаром	200	26,8	0,2	0	6,5	54-2гн
	Кон. изд: вафли	20	80	0,7	3,4	8,7	
	Хлеб пшеничный	40	110,3	4,48	0,64	21,3	б/н
	Итого	510	668,3	13,88	25,34	84,9	
Неделя 1 День 4							
	Булочка сдобная(ромашка)	140	339	7,9	9,4	55,5	б/н
	Йогурт	150	174	14	10	6	б/н
	Чай с сахаром	200	26,8	0,2	0	6,5	54-2гн
	Итого	490	539,8	22,1	19,4	68	0
Неделя 1 День 5							
	Суп гречневый, молочный с маслом	250	164,75	5,35	6,45	20,65	54-11с
	Чай с сахаром	200	26,8	0,2	0	6,5	54-2гн
	Хлеб пшеничный	40	110,3	4,48	0,64	21,3	б/н
	Итого	490	301,85	10,03	7,09	48,45	0
Неделя 2 День 1							
	Суп картофельный с горохом со сметаной	250	584	21,2	20,1	79,6	54-8с
	Йогурт	150	174	14	10	6	б/н
	Чай с сахаром	200	26,8	0,2	0	6,5	54-2гн
	Хлеб пшеничный	40	110,3	4,48	0,64	21,3	б/н
	Итого	640	895,1	39,88	30,74	113,4	0
Неделя 2 День 2							
	Соус картофельный на сметане	250	216	3,26	12,59	22,66	54-10с
	Хлеб пшеничный	40	110,3	4,48	0,64	21,3	б/н
	Чай с сахаром	200	26,8	0,2	0	6,5	54-2гн
	Итого	490	353,1	7,94	13,23	50,46	
Неделя 2 День 3							

Яйцо отварное	40	56,6	4,8	4	0,3	54-60
Конд. изд.: вафли	20	80	0,7	3,4	8,7	б/н
Хлеб пшеничный	40	110,3	4,48	0,64	6,5	б/н
Какао с молоком	200	100,4	4,6	3,6	12,6	54-21гн
Итого	300	347,3	14,58	11,64	28,1	
Неделя 2 День 4						
Булка сдобная с начинкой	150	339	7,9	9,4	55,5	б/н
Чай с сахаром	200	26,8	0,2	0	6,5	54-2гн
Хлеб пшеничный	40	110,3	4,48	0,64	21,3	б/н
Итого	390	476,1	12,58	10,04	83,3	
Неделя 2 День 5						
Каша рисовая на молоке со сливочным маслом	250	168,9	5	5,8	24,1	54-16к
Чай с сахаром	200	26,8	0,2	0	6,5	54-2гн
Хлеб пшеничный	40	110,3	4,48	0,64	21,3	б/н
Итого	490	306	9,68	6,44	51,9	
Всего	4570	4621,75	175,33	4943,92	4943,92	