



Директор MAOU «Школа № 131»

И. А. Борякова

2025г.

2-х недельное примерное циклическое меню одноразового горячего питания, учащихся 5-11 классов на 3триместр 2024-2025 учебного года в образовательном учреждении MAOU «Школа №131» ул. Цветочная 11А

Организатор питания MAOU «Школа № 131»

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------|--|--------|--------------|--------------|---------------|------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| 99 | Суп из овощей , мясом, зеленью | 10/250 | 4,7 | 5,4 | 9,3 | 115 | 21 | 19 | 54 | 0,8 | 0,07 | 13 | 0 |
| 431-2004 | Печень по-строгановски | 100 | 13,2 | 10,1 | 7,2 | 172 | 18 | 16 | 233 | 4,9 | 0,2 | 8,2 | 0,02 |
| 342 | Пюре картофельное | 180 | 3,8 | 10,9 | 21,58 | 207 | 46 | 33 | 99 | 1,18 | 0,01 | 0,36 | 0,06 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 6,7 | 27 | 5 | 4 | 8 | 0,85 | 0 | 0,1 | 0 |
| | Хлеб ржаной/батон | 25/25 | 3,8 | 0,7 | 24,4 | 120 | 26,6 | 0 | 0 | 1,6 | 0,4 | 0 | 0 |
| | Всего: | | 25,7 | 27,2 | 69,18 | 641 | 116,6 | 72 | 394 | 9,33 | 0,68 | 21,66 | 0,08 |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | Пятница | | | | | | | | | | | | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | |
| 101 | Суп с картофелем с рисом,с рыбными консервами, зеленью | 270 | 5,4 | 6,7 | 17,4 | 155 | 15 | 27 | 67 | 0,96 | 0,11 | 8,3 | 0 |
| 265 | Плов с мясом | 200 | 20,4 | 28,17 | 32,5 | 425 | 12,42 | 36,64 | 174,6 | 6,81 | 0,4 | 1,28 | 0 |
| ТТК№10 | Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир) | 60 | 0,96 | 3,12 | 7,2 | 60 | 25,2 | 8,4 | 16,8 | 0,24 | 0,02 | 15,84 | 0 |
| 347 | Компот из кураги | 200 | 0,78 | 0,05 | 27,63 | 125 | 11 | 8 | 9 | 0,2 | 0,01 | 4,5 | 0 |
| | Хлеб ржаной/батон | 25/25 | 3,8 | 0,7 | 24,4 | 120 | 26,6 | 0 | 0 | 1,6 | 0,4 | 0 | 0 |
| | Всего: | | 31,34 | 38,74 | 109,13 | 885 | 90,22 | 80,04 | 267,4 | 9,81 | 0,94 | 29,92 | 0 |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | Вторая неделя | | | | | | | | | | | | |
| | Понедельник | | | | | | | | | | | | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | |
| 111 | Суп с вермишелью, с куриным филе, зеленью | 10/250 | 6 | 4,6 | 14 | 120 | 9 | 20 | 70 | 0,96 | 0,09 | 4,7 | 0 |
| ТТК№11 | Котлета деревенская | 100 | 12 | 5,5 | 0 | 174 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 11,2 | 8,8 | 44 | 360 | 18 | 161 | 242 | 5,4 | 0,25 | 0 | 0,03 |
| 377 | Чай с сахаром,лимоном | 200/7 | 0,3 | 0,1 | 6,8 | 29 | 8 | 5 | 10 | 0,89 | 0 | 2,9 | 0 |
| | Хлеб ржаной/батон | 25/25 | 3,8 | 0,7 | 24,4 | 120 | 26,6 | 0 | 0 | 1,6 | 0,4 | 0 | 0 |
| | Всего: | | 33,3 | 19,7 | 89,2 | 803 | 61,6 | 186 | 322 | 8,85 | 0,74 | 7,6 | 0,03 |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | Вторник | | | | | | | | | | | | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | |
| 88 | Щи из свежей капусты с картоф.с мясом , зеленью | 10/250 | 4 | 3,9 | 6,9 | 81 | 27 | 14 | 67 | 0,9 | 0,06 | 17,4 | 0 |
| ТТК№5 | Филе куриное панированное | 90 | 21,2 | 14,9 | 9,2 | 259 | 15 | 80 | 155 | 1,9 | 0,09 | 2,49 | 0,07 |
| 534 | Капуста тушеная | 180 | 3,8 | 6,62 | 14,2 | 139 | 91 | 26 | 59 | 1,2 | 0,04 | 27 | 0,1 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 6,7 | 27 | 5 | 4 | 8 | 0,85 | 0 | 0,1 | 0 |
| | Хлеб ржаной/батон | 25/25 | 3,8 | 0,7 | 24,4 | 120 | 26,6 | 0 | 0 | 1,6 | 0,4 | 0 | 0 |

| | Всего: | | 33 | 26,22 | 61,4 | 626 | 164,6 | 124 | 289 | 6,45 | 0,59 | 46,99 | 0,17 |
|----------|--|-----------|---------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| | Среда | | | | | | | | | | | | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | |
| 96 | Рассольник Ленинградский с мясом, сметаной и зеленью | 10/255 | 5,5 | 4,7 | 17 | 129 | 19 | 26 | 99 | 1,3 | 0,1 | 7,1 | 0,01 |
| 250 | Бефстроганов из мяса | 100 | 15,2 | 23,1 | 5,12 | 290 | 43,3 | 22,5 | 181 | 2,4 | 32,8 | 0,05 | 0,7 |
| 309 | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,5 | 7 | 36,5 | 235 | 8 | 9 | 42 | 0,91 | 0,07 | 0 | 0,03 |
| 348 | Компот из ягод | 200 | 0 | 0,12 | 16,8 | 68 | 11 | 8 | 9 | 0,2 | 0,01 | 4,5 | 0 |
| | Хлеб ржаной/батон | 25/25 | 3,8 | 0,7 | 24,4 | 120 | 26,6 | 0 | 0 | 1,6 | 0,4 | 0 | 0 |
| | Всего: | | 31 | 35,62 | 99,82 | 842 | 107,9 | 65,5 | 331 | 6,41 | 33,38 | 11,65 | 0,74 |
| | Четверг | | | | | | | | | | | | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | |
| 177/2004 | Бульон с куриным филе, гречками зеленью | 25/15/250 | 8,9 | 9 | 12,3 | 114 | 10 | 28 | 44 | 0,73 | 0,03 | 1,3 | 0,01 |
| 494 | Голень куриная | 100 | 17 | 18,7 | 0,4 | 238 | 41 | 15 | 121 | 1,32 | 0,03 | 17 | 0 |
| 304 | Рис отварной | 180 | 4,4 | 8,7 | 44,2 | 272 | 2 | 23 | 73 | 0,62 | 0,03 | 0 | 0,04 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 6,7 | 27 | 5 | 4 | 8 | 0,85 | 0 | 0,1 | 0 |
| | Хлеб ржаной/батон | 25/25 | 3,8 | 0,7 | 24,4 | 120 | 26,6 | 0 | 0 | 1,6 | 0,4 | 0 | 0 |
| | Всего: | | 34,3 | 37,2 | 88 | 771 | 84,6 | 70 | 246 | 5,12 | 0,49 | 18,4 | 0,05 |
| | Пятница | | | | | | | | | | | | |
| | Обед | | | | | | | | | | | | |
| 111-2004 | Борщ "Сибирский" мясом ,со сметаной зеленью | 10/255 | 4,6 | 7,6 | 9,5 | 125 | 38 | 26 | 79 | 1,6 | 0,07 | 8,5 | 0,01 |
| ТТК№4 | Котлеты рыбные | 90 | 47 | 8 | 24 | 264 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 11,2 | 8,8 | 44,1 | 360 | 18 | 161 | 242 | 5,4 | 0,25 | 0 | 0,03 |
| 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0 | 20,9 | 86 | 23 | 18 | 38 | 0,6 | 0,01 | 1,09 | 0,2 |
| | Хлеб ржаной/батон | 25/25 | 3,8 | 0,7 | 24,4 | 120 | 26,6 | 0 | 0 | 1,6 | 0,4 | 0 | 0 |
| | Всего: | | 67,2 | 25,1 | 122,9 | 955 | 105,6 | 205 | 359 | 9,2 | 0,73 | 9,59 | 0,24 |
| | Итого по меню: | | 340,74 | 281,6 | 953,83 | 7849 | 966,9 | 1135 | 3085 | 74,97 | 39,86 | 165,8 | 1,47 |
| | Среднее за День | | 34,1 | 28,2 | 95,4 | 784,9 | 96,7 | 113,5 | 308,5 | 7,5 | 4,0 | 16,6 | 0,1 |