

УТВЕРЖДЕНО
 Приказ Министерства
 образования и науки Донецкой
 Народной Республики
 Министерства здравоохранения
 Донецкой Народной Республики
28.03.2016_ № 309 / 263

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей
 в общеобразовательных организациях
 (одноразовое питание)

Номер рецептуры *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда для разных возрастных категорий детей		Химический состав блюд						Энергетическая ценность ккал	
		1-4	5-11	белки	жиры	углеводы					
A	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
<i>Первая неделя</i>											
ПОНЕДЕЛЬНИК											
Завтрак											
№ 298	Картофельное пюре	150	200	3,2	4,4	5,6	7,4	23,3	31	157	208
№ 193	Рыба (хек) припущенная в молоке	100	100	15,7	15,7	8,5	8,5	3,2	3,2	152	152
№ 15	Салат из соленых огурцов с луком	75	100	1,9	2,5	3,7	5,5	1,4	1,9	48	64
	Хлеб ржаной	50	70	2,35	3,29	0,35	0,49	24,9	34,86	107	149,8
№ 8	Масло сливочное (порциями)	5	10	0	0,1	4,1	8,3	0	0,1	37	75
№ 351	Чай с молоком и сахаром	200/15	200/15	1,5	1,5	1,6	1,6	17,3	17,3	90	90
Итого **	X	X	X	24,65	27,49	23,85	31,79	70,1	88,36	591	738,8

А	1	2	3	4	5	6	7				
ВТОРНИК											
Завтрак											
№ 298	Картофельное пюре	150	200	3,2	4,4	5,6	7,4	23,3	31	157	208
№ 248	Биточки	50/5	50/5	8,2	8,2	11,4	11,4	8,7	8,7	170	170
№ 306	Морковь, тушенная в сметанном соусе	100/20	100/20	1,7	1,7	3,4	3,4	9,5	9,5	76	76
	Хлеб ржаной	50	70	2,35	3,29	0,35	0,49	24,9	34,86	107	149,8
№ 330	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,6	0,6	0	0	31,5	31,5	129	129
Итого **	Х	Х	Х	16,05	18,19	20,75	22,69	97,9	115,56	639	732,8
СРЕДА											
Завтрак											
№ 290	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	150/10	200/10	7	9,4	5,1	8	38,8	51,6	239	318
№ 231	Печень говяжья жаренная	50	50	13,1	13,1	9,95	9,95	2,1	2,1	131	131
№ 298	Пюре из свеклы	100	150	1,5	2,25	3	4,5	8,8	13,2	69	103,5
	Хлеб ржаной	60	80	2,82	3,76	0,42	0,56	29,88	39,84	128,4	171,2
№ 362	Сок яблочный	150	200	0,8	0,1	0	0	15,9	21,2	69	92
Итого **	Х	Х	Х	25,22	28,61	18,47	23,01	95,48	127,94	636,4	815,7

А	1	2	3	4	5	6	7				
<i>Вторая неделя</i>											
ПОНЕДЕЛЬНИК											
Завтрак											
№ 180	Вареники ленивые отварные со сметаной	100/15	-	15,4	-	10,9	-	15,1	-	223	-
№ 188	Запеканка из творога	-	100/15	-	17,5	-	15,4	-	16	-	276
№ 140	Голубцы овощные	150/15	150/15	3,6	3,6	10,2	10,2	16,4	16,4	174	174
	Хлеб ржаной	60	80	2,82	3,76	0,42	0,56	29,88	39,84	128,4	171,2
№ 8	Масло сливочное (порциями)	5	10	0	0,1	4,1	8,3	0	0,1	37	75
№ 349	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,1	0,1	0	0	15	15	60	60
Итого **	Х	Х	Х	21,9	25,1	25,6	34,5	76,4	87,3	622,4	756,2
ВТОРНИК											
Завтрак											
№ 236	Жаркое по-домашнему	125/50	125/50	18,2	18,2	8,2	8,2	19	19	223	223
№ 369/385	Блинчики с овощным фаршем (морковь с рисом)	50/25	100/50	3,4	6,8	6,5	13	15,75	31,5	136,5	273
	Хлеб ржаной	60	80	2,82	3,76	0,42	0,56	29,88	39,84	128,4	171,2
№ 330	Компот из смеси сухофруктов	150	200	0,4	0,6	0	0	23,6	31,5	97	129
Итого **	Х	Х	Х	24,82	29,36	15,12	21,76	88,23	121,84	584,9	796,2

А	1	2	3	4	5	6	7				
СРЕДА											
Завтрак											
№ 248	Котлета говяжья с маслом	50/3	50/3	8,2	8,2	11,4	11,4	8,7	8,7	170	170
№ 144	Каша из пшеничной крупы рассыпчатая с маслом	150/10	150/10	7,7	7,7	8,9	8,9	42,5	42,5	282	282
№ 114	Капуста тушеная	150	150	3,8	3,8	9,3	9,3	16,3	16,3	166	166
№ 362	Сок яблочный	150	200	0,8	0,1	0	0	15,9	21,2	69	92
	Хлеб ржаной	50	70	2,35	3,29	0,35	0,49	24,9	34,86	107	149,8
Итого **	Х	Х	Х	22,85	23,09	29,95	30,09	108,3	123,56	794	859,8
ЧЕТВЕРГ											
Завтрак											
№ 120	Картофель, жаренный ломтиками из отварного	-	150	-	3,7	-	15,7	-	32,2	-	286
№ 103	Картофель отварной	150/5	-	3,1	-	4,7	-	26,9	-	163	-
№ 195	Рыба жареная (хек)	75	75	14,7	14,7	5,6	9,7	3,5	3,5	123	160
№ 15	Салат из соленых огурцов с луком	100	100	2,5	2,5	5	5,5	1,9	1,9	64	64
	Хлеб ржаной	50	70	2,35	3,29	0,35	0,49	24,9	34,86	107	149,8
№ 330	Компот из смеси сухофруктов	150	200	0,4	0,6	0	0	23,6	31,5	97	129
Итого **	Х	Х	Х	23,05	24,79	15,65	31,39	80,8	103,96	554	788,8

А	1	2	3	4	5	6	7				
ПЯТНИЦА											
Завтрак											
№ 187	Пудинг из творога	100	-	15	-	12	-	21,4	-	263	-
№ 183	Сырники из творога и моркови со сметаной	-	150/10	-	17,2	-	14,6	-	20,6	-	286,0
№ 115	Капуста тушенная с картофелем	100	150	-	-	-	-	-	-	-	-
	Хлеб ржаной	60	80	2,82	3,76	0,42	0,56	29,88	39,84	128,4	171,2
№ 362	Сок виноградный	100	200	0,3	0,6	0	0	18,2	36,4	76	151
Итого **	Х	Х	Х	18,12	21,56	12,42	15,16	69,48	96,84	467,4	608,2
Всего за 2-ю неделю	Х	Х	Х	110,8	123,9	98,8	132,9	423,2	533,5	3022,7	3809,2
ИТОГО****	Х	Х	Х	217,0	243,6	215,3	256,0	881,4	1109,2	6309,1	7658,1

*

Примечание:

1. Сборник рецептур блюд для питания школьников, Киев «Техника», 1987, утвержден приказом Министерством торговли Украины от 24.12.1985 № 341.

Директор Департамента
организации медицинской помощи
Министерства здравоохранения
Донецкой Народной Республики

Л.И. Китик

Начальник отдела ресурсного обеспечения
Департамента управления делами и ресурсного обеспечения
Министерства образования и науки
Донецкой Народной Республики

А.В. Попов