

"Утверждаю"
Начальник управления образования
местной администрации Урванского

Муниципального района КБР
" 01 " 101 2021г.



МЕНЮ - РАСКЛАДКА
на 12 дней для организации питания детей
в возрастных группах 7-11 лет в школьных образовательных учреждениях по
Урванскому району

С. И. Мухоморова
Д. И. Мухоморова
Д. И. Мухоморова
Д. И. Мухоморова



60,87р

12-дневное меню для организации питания детей в возрастных группах 7-11 лет 01.01.2021г.

ЗАВТРАК

1 ДЕНЬ (понедельник)		
№256 Мясо тушеное- (90г)	№179 Каша перловая рассыпчатая -(150г)	№42 Салат из моркови - (60г)
мясо б/к- 90г	перловка -50г	морковь- 80г.
морковь - 5г	масло слив.3г	сахар - 1г
лук-7	соль- 0,5г	раст.масло - 2г
раст.масло -5г		
соль - 0,7г	№377 Чай с лимоном - (200г)	хлеб пшеничный - 30г
мука -2г	чай -0,5г	хлеб ржаной - 30г
томат -8г	сахар -15г	
вода -50	лимон -7г	
	аскарбиновая кислота -0,06г	№Сок фруктовый - (200г)
2 ДЕНЬ (вторник)		
№299 Котлеты мясные - (90г)	№354 Капуста тушеная (150г)	№377 Чай с лимоном - (200г)
мясо-75г	капуста -215г	чай -0,5г
сухари-8г	морковь-10г	сахар -15г
яйцо - 3г	соль-0,5г	лимон -7г
хлеб -14	раст.масло-7г.	аскарбиновая кислота -0,06г
вода -10	зелень-2г	
соль - 0,7г	мука пшеничная -2г	
масло раст.-1г, лук-8г	лук репчатый -10г	№14 Мало сливочное (порциями) - (10г)
	томатное пюре - 6г	
		№338 Бананы свежие - (100г)
	хлеб пшеничный - 30г	банан - 180г
	хлеб ржаной - 30г	

3 ДЕНЬ (среда)		
№290-Фрикадельки из птицы- (90/50г)	№413 Чай с молоком - (200г)	№312Пюре картофельное - (150г)
филе куриное - 98г	чай -0,5г	картофель-190г
хлеб -10г	молоко-100г	масло слив.-5г
молоко -15г	сахар -15г	соль-1г
раст.масло - 01г		молоко-30г
соль - 0,7г		
морковь-10г	хлеб пшеничный - 30г	№17 Салат из капусты с солеными огурцами- (60г)
яйцо -3г	хлеб ржаной - 30г	
соус (50г): слив.масло - 2г		капуста -55г
мука- 4г		огурцы соленые - 20г
сметана - 5г		зелень -1г
томат паста -3г		масло раст.-3г
соль- 03г		
лук -3г		
вода-45г		№338 Яблоки свежие - (100г)
4 ДЕНЬ (четверг)		
№284 Запеканка картофельная с мясом- (200г)	№43 Салат из моркови с изюмом- (60г)	№413Кофейный напиток с молоком-- (200г)
мясо б/к - 90г,	морковь -70г	кофейный напиток -2г
масло растительное - 5г	сахар -3г	молоко -100г
морковь -12г	изюм-6г	сахар-15г
лук репчатый -10г	масло раст.-3г	
масло сливочное - 5г.	хлеб пшеничный - 30г	
картофель-180г	хлеб ржаной - 30г	
сухари понир.-3г		
зелень-3г		№338 Яблоки свежие - (100г)
соль-1г		
соус (50г): слив.масло - 2г		
мука- 4г,томат -3г,соль -0,3г,вода -45г,		
сметана - 5г		

5 День (пятница)		
№179 Каша рисовая рассыпчатая - (150г)	№229 Рыба тушеная с овощами - (90г)	№377 Чай с лимоном - (200г)
		чай -0,5г
крупа рисовая - 56	рыба (минтай)-110г	сахар -15г
масло слив.- 3г	лук -12г,	лимон -7г
соль - 0,5г	морковь -30г	аскарбиновая кислота -0,06г
	соль-1г	
хлеб пшеничный - 30г	масло раст.-4г	
хлеб ржаной - 30г	зелень-1г	№ Сок фруктовый -(200г)
	томат паста-5г	
№21 Салат из капусты с маслом (60г)		
капуста -60г, морковь - 12г,раст.масло -2г,		
соль -0,4г		
6 ДЕНЬ (суббота)		
№245 Бефстроганов из отварной	№377 Чай с лимоном - (200г)	№303 Каша пшенная вязкая - (150г)
говядины - (100г)	чай -0,5г	
мясо б/к - 100г,	сахар -15г	крупа пшенная - 60г
морковь -3г	лимон -7г	масло слив.-3г
лук-6г	аскарбиновая кислота -0,06г	соль-0,5г
мука-3г		
соль-0,7г		
сметана -12г	хлеб пшеничный - 30г	Бананы свежие -(100г)
масло слив.-4г	хлеб ржаной - 30г	бананы - 180г
томат паста-3г		
вода -40г		
	№ 41 Салат из моркови с яблоками - (60г)	
	морковь-40г	
	яблоки-30г	
	масло раст. -3г	

7 ДЕНЬ (понедельник)		
№322 Котлеты рубленые из птицы (90г)	№350 Кисель - (200г)	№332 Соус сметанный с луком - (50г)
филе куриное -90г	кисель-30г	сметана-7г
хлеб -14г	аскарбиновая кислота -0,06г	томат -2г
морковь-10г		мука-4г
лук-7г		масло слив.-2г
яйцо-3г	хлеб пшеничный - 30г	вода-45г
сухари понир.-8г	хлеб ржаной - 30г	лук-7г
соль- 0,7г		соль-0,4г
масло раст.-1г	№42 Салат из моркови - (60г)	
	морковь- 80г.	
№203 Макароны отварные с соусом (100/50г)	сахар - 1г	Яблоки свежие -(100г)
Вермишель - 35г,масло слив.-3г	раст.масло - 2г	
соль-07г		
8 ДЕНЬ (вторник)		
№272Котлеты рыбные любительские (90г)	№179Каша гречневая рассыпчатая-(150г)	№377 Чай с лимоном - (200г)
рыба (минтай)-110г	крупа гречневая - 65г	чай -0,5г
соль-0,7г	слив.масло- 3г	сахар -15г
яйцо-5г	соль -0,5г	лимон - 7г
лук -7г		аскарбиновая кислота -0,06г
морковь-10г	№332 Соус сметанный с луком - (50г)	
хлеб10г	сметана-7г	хлеб пшеничный - 30г
масло раст.-1г	томат -2г	хлеб ржаной - 30г
сухари понир.-8г	мука-4г	
	масло слив.-2г	
	вода-45г	Сок фруктовый - (200г)
№21 Салат из капусты с маслом (60г)	лук-7г	
капуста -60г, морковь - 12г,раст.масло -2г,	соль-0,4г	
соль -0,4г		

9 ДЕНЬ (среда)		
№246 Гуляш из отварной говядины (90г)	№413 Чай с молоком - (200г)	№179 Каша перловая рассыпчатая -(150г)
мясо б/к - 100г,	чай -0,5г	
морковь -3г	молоко-100г	крупа перловая-50г
лук-4г	сахар -15г	масло слив. - 3г
мука-3г		соль-0,5г
соль-0,7г		
томат паста-2г		
масло слив.-4г	№17 Салат из капусты с солеными огурцами- (60г)	
сметана-7г		Яблоки свежие -(100г)
вода -45г	капуста -55г	
	огурцы соленые - 20г	хлеб пшеничный - 30г
	зелень -1г	хлеб ржаной - 30г
	масло раст.-3г	
10 ДЕНЬ (четверг)		
№290 Птица в сметанном соусе - (100г)	№413 Чай с молоком - (200г)	№125 Картофель отварной - (150г)
филе птицы - 100г,	чай -0,5г	
сметана -13г	молоко-100г	картофель - 210
лук-3г	сахар -15г	соль-1г
мука- 4г		
соль-1г		
масло слив.- 3г		№14 Масло сливочное порциями - (10г)
томат паста-2г	№43 Салат из моркови с изюмом- (60г)	
	морковь -70г	
	сахар -3г	
хлеб пшеничный - 30г	изюм-6г	Бананы свежие -(100г)
хлеб ржаной - 30г	масло раст.-3г	бананы - 180

11 ДЕНЬ (пятница)		
№263 Рыба запеченная в омлете - (100г)	№139 Капуста тушеная - (150г)	№377 Чай с лимоном - (200г)
рыба -100г	капуста свежая -215г	чай -0,5г
мука -3г	морковь-10г	сахар -15г
яйцо - 20г	масло раст.-2г	лимон - 7г
молоко - 8г	зелень-2г	аскарбиновая кислота -0,06г
масло слив. -5г	соль-0,5г	
соль - 0,7г	лук-10г	
	мука-2г	хлеб пшеничный - 30г
	томат-6г	хлеб ржаной - 30г
№14 Масло сливочное порциями - (10г)		Яблоки свежие -(100г)
12 ДЕНЬ (суббота)		
№319 Птица тушеная с овощами (230г)	№377 Чай с лимоном - (200г)	хлеб пшеничный - 30г
Филе курицы -100г	чай -0,5г	хлеб ржаной - 30г
соль-1г	сахар -15г	
масло раст.- 4г	лимон -7г	
сметана-10г	аскарбиновая кислота -0,06г	№14 Масло сливочное порциями - (10г)
картофель-135г		
лук-10г		
мука-2г		
морковь-40г		Сок фруктовый - (200г)
томат паста-6г	№ 41 Салат из моркови с яблоками - (60г)	
	морковь-40г	
	яблоки-30г	
	масло раст. -3г	

50,87р

12 - дневное меню для организации питания детей в возрастных группах 7 - 11 лет 01.01.2021г.

ОБЕД		
1 день (понедельник)		
№102 Суп гороховый (200г)	№304 Тефтели мясные - (90г)	№21 Салат из белокочанной капусты с морковью - (60г)
горох -20г	мясо -70г	
картофель - 46г	лук - 8г	морковь-12г
морковь -10г	рис-7г, мука-5г	капуста -60г
соль-2г	соль -1г,	раст.масло-3г.
зелень -0,5г, лук-8г,	масло раст.- 1г	соль-0,4г
раст.масло-4г	морковь -8г, вода -8г	
сметана - 7г	соус -мука-4г, соль-0,2г, масло слив.-2г,	
	томат-2г, лук-3г.	
№14 Масло сливочное (порциями)- (10г)	№128 Пюре картофельное - (150г)	№349 Компот из сухофруктов - (200г)
	картофель-170г	сухие фрукты-15г
№ Сок фруктовый - (200г)	молоко-30г	сахар-12г
(в индивидуальной упаковке)	соль-1г	аскарбиновая кислота - 0,06г
	Хлеб пшеничный -30г	
	Хлеб ржаной - 30г	

2 день (вторник)		
№82 Рассольник ленинградский-(250г)	№322 Котлеты куриные (80г)	№203Макароны отварные с соусом
крупa перловая-10г	филе куриное-76г	(100/50г)
картофель-40г	хлеб-15г	вермишель -35г
морковь-10г.	соль-0,7г	слив.масло -2г
лук-7г	раст.масло-1г	соль-1г
срленные огурцы -15г	яйцо-3г,вода -10г,	
раст.масло -4г	сухари пониров.-7г	
соль-2г,вода-190г	морковь-10г	
сметана-7г		
зелень-0,5г		
№342 Компот из свежих плодов (200г)	№ 52 Салат из свеклы отварной с изюмом (60г)	№332 Соус сметанный с луком и томатом (50г)
яблоки -25г	свекла - 70г	сметана-5г
сахар-12г	изюм -5г	мука-4г
аскарбиновая кислота - 0,06г	масло раст.- 2г	соль - 0,4г
		лук-3г
		томат-2г
		сл.масло-1,5г
		вода 35г
Хлеб пшеничный -30г	№338 Яблоки свежие - (100г)	
Хлеб ржаной - 30г		

3 день (среда)

3 день (среда)		
№245 Бефстроганов из говядины- (100 г)	№82 Борщ с капустой и картофелем (200г)	№342 Компот из свежих плодов (200г)
мясо говяжье (б/к)-80г	капуста-25г,свекла -40г,морковь-10г,	яблоки -25г
морковь-3г	картофель-30г,томат -4г,раст.масло-4г,	сахар-12г
сметана-10г	соль-2г,лук -8г,сметана -7г,вода-200г.	аскарбиновая кислота - 0,06г
мука-4г	зелень-0,5г	
соль - 0,7г		
лук-7г		
томат-2г		
сл.масло-1,5г		
№42Салат из моркови -(60г)	№303 Каша пшенная вязкая -(150г)	№ 219 Сыр российский - (10г)
морковь -70г	крупа пшенная -40г	
масло раст.-2г	слив.масло -2г	
	соль-1г	
Хлеб пшеничный -30г	№ 338 Бананы свежие - (100г)	
Хлеб ржаной - 30г	банан - 180г	

4 день (четверг)

№104 Суп картофельный с мясными фрикадельками - (200г)	№272 Котлеты рыбные любительские - (100г)	№332 Соус сметанный с луком (50г)
	рыба (минтай)-100г	сметана-5г
картофель-105г	морковь-20г	мука-4г
морковь-10г.	хлеб-10г	соль - 0,4г
лук-7г	лук-8г	лук-3г
раст.масло -3г	яйцо-3г	томат-2г
соль-2г	раст.масло-1г	сл.масло-1,5г
вода -140г	сухари пониров -8г	вода 35г
зелень-0,5г	соль-1г	
Фрикадельки мясные - мясо б/к - 30г	вода -10г	
рис-3г, морковь - 3г		
№302Каша гречневая рассыпчатая-(150г)	№21Салат из белокочанной капусты(60г)	№350 Кисель (200г)
крупа гречневая - 71г	капуста -60г	Кисель- 30г
слив.масло- 2г, соль-0,5г.	морковь-10г	Аскорбиновая кислота- 0,06г
	соль-0,3г	
Хлеб пшеничный -30г	раст.масло-2г.	Яблоки свежие - (100г)
Хлеб ржаной - 30г		

5 день (пятница)

5 день (пятница)		
№87 Суп картофельный с фасолью- (200г)	№244Плов из отварной говядины- (150г)	№ 34 Салат из свеклы отварной - (60г)
фасоль -16г	мясо говяжье б/к - 70г	свекла - 75г
картофель - 56г	крупа рисовая -35г	раст.масло -2г
морковь - 10г	морковь-17г	
раст.масло -4г	лук-7г	
соль - 2г	раст.масло - 6г	
лук -7г	соль -1,5г	
томат -3г		
№349 Компот из сухофруктов - (200г)	№ Сок фруктовый - (200г)	Хлеб пшеничный -30г
сухие фрукты-15г	(в индивидуальной упаковке)	Хлеб ржаной - 30г
сахар-12г		
аскарбиновая кислота - 0,06г		

6 день (суббота)

№82 Рассольник ленинградский со сметаной-(200г)	№290 Птица тушонная в сметанном соусе (100г)	№42 Салат из моркови с маслом - (60г)
крупa перловая-10г	Филе куриное- 100г	морковь -75г
картофель-40г	сметана-10г	масло раст.-2г
морковь-10г.	мука-4г	
лук-7г,зелень -0,5г	соль - 1г	
срленные огурцы -15г	лук-5г	
раст.масло -4г,	томат-2г	
соль-2г,вода-190г	сл.масло-1,5г	Хлеб ржаной - 30г
сметана-7г	вода 35г	Хлеб пшеничный -30г
№303 Каша пшeнная вязкая -(150г)	№342Компот из свежих плодов - (200г)	№14Масло сливочное порциями - (10г)
крупa пшeнная -40г	яблоки -25г	
слив.масло -2г	сахар-12г	
соль-0,5г	аскарбиновая кислота - 0,06г	
		Яблоки свежие - (100г)

7 день (понедельник)		
№104 Суп картофельный с крупой - (200г)	№304 Тефтели мясные - (90г)	№45 Салат из белокачанной капусты(60г)
картофель-105г	мясо -70г	морковь-10г
морковь-10г.	лук - 8г	капуста -60г
лук-7г	рис-7г,мука-5г	раст.масло-3г.
раст.масло -3г	соль -0,8г,яйцо -3г,	соль-0,4г
соль-2г	масло раст.- 1г	
пшено -7г, томат - 2г	морковь -8г,вода -8г	
зелень-0,5г,сметана -7г	соус -мука-4г,соль-0,2г,масло слив.-2г,	
	томат-2г,лук-3г.	
№125 Картофель отварной (150г)		№15 Сыр порциями -(10г.)
Картофель-200г		
Соль - 1г		
	№350 Кисель (200г)	№338 Бананы свежие -(100г)
	Кисель- 30г	банан-180г
Хлеб пшеничный -30г	Аскорбиновая кислота- 0,06г	
Хлеб ржаной - 30г		

8 день (вторник)

№88 Суп картофельный с вермишелью (200г)	№299 Котлеты рубленные из говядины (100 г)	№332 Соус сметанный с луком (50г)
	мясо говяжье (б/к)-85г	сметана-5г
картофель -56г	морковь-10г	мука-4г
вермишель - 10г	хлеб-15г	соль - 0,4г
морковь - 10г	лук -7г	лук-3г
раст.масло -4г	соль -1г,сухари пониров.-7г,	томат-2г
соль - 2г	яйцо-3г,вода -15г,	сл.масло-1,5г
лук -7г	раст.масло-1г.	вода 35г
томат -3г		
сметана -7г.		
зелень - 0,5г		
№ 52 Салат из свеклы отварной с изюмом - (60г)	№179 Каша перловая рассыпчатая(150г)	№349 Компот из сухофруктов - (200г)
свекла - 70г	крупа перловая - 50г	сухие фрукты-15г
изюм -5г	слив.масло- 2г, соль-0,5г.	сахар-12г
масло раст. - 2г		аскарбиновая кислота - 0,06г
	№ Сок фруктовый - (200г) (в индивидуальной упаковке)	
Хлеб пшеничный -30г		
Хлеб ржаной - 30г		

9 день (среда)

9 день (среда)		
№82 Борщ с капустой и картофелем (200г)	№319 Птица тушеная в соусе с овощами (230г)	№441 Ватрушка с творогом (60г)
капуста-25г,свекла -40г,морковь-10г,	филе куринное - 100г	мука-пшенич.-40г
картофель-30г,томат -4г,раст.масло-4г,	картофель - 135г	мука на подпыл-2г
соль-2г,лук -8г,сметана -7г,вода-200г.	соль-2г,морковь -17г,лук -10г,мука-2г,	сахар - 8г, творог -30г
зелень-0,5г	раст.масло -4г, томат паста-3г,	слив.масло -1,5г
		соль - 0,3г
	Хлеб ржаной - 30г	молоко - 15г
	Хлеб пшеничный -30г	дрожжи - 0,7г
		яйцо - 4г
		раст.масло- 0,9г.
№42 Салат из моркови -(60г)	№342 Компот из свежих плодов (200г)	Яблоки свежие - (100г)
морковь -75г	яблоки -25г	
масло раст.-2г	сахар-12г	
	аскарбиновая кислота - 0,06г	

10 день (четверг)

№102 Суп гороховый (200г)	№272 Котлеты рыбные любительские - (100г)	№45 Салат из белокочанной капусты(60г)
горох -20г	рыба (минтай)-100г	морковь-12г
картофель - 46г	морковь-20г	капуста -60г
морковь -10г	хлеб-10г	раст.масло-3г.
соль-2г	лук-8г	соль-0,4г
зелень -0,5г	яйцо-3г	
раст.масло-4г	раст.масло-0,5г	
лук -8г	сухари пониров -8г	
сметана - 7г	соль-1г	
	вода -10г	
№332 Соус сметанный с луком (50г)	№128 Пюре картофельное - (150г)	№349 Компот из сухофруктов - (200г)
сметана-5г	картофель-170г	сухие фрукты-15г
мука-4г	молоко-30г	сахар-12г
соль - 0,4г	соль-0,5г	аскарбиновая кислота - 0,06г
лук-3г		
томат-2г	Хлеб ржаной - 30г	
сл.масло-1,5г	Хлеб пшеничный -30г	
вода 35г		
	№ Сок фруктовый - (200г)	
	(в индивидуальной упаковке)	

12 день (суббота)

№87 Суп картофельный с фасолью- (200г)	№246 Гуляш из отварной говядины(100г)	№203 Макароны отварные с маслом (150г)
фасоль -16г	мясо говяжье (б/к) -80г,	Вермишель-54г
картофель - 56г	морковь-5г, лук -5г, мука -2,5г,	сл. масло -2г
морковь - 10г	раст.масло-3г, томат- 4г, соль-1г	соль- 0,5г
раст.масло -4г		
соль - 2г		
лук -7г		
томат -3г		
	№ 42 Салат из моркови с изюмом (60г)	
Хлеб пшеничный -30г	морковь-75г	№ Яблоки свежие - (100г)
Хлеб ржаной - 30г	масло раст.-2г	
	изюм - 5г	
	№350 Кисель (200г)	
	Кисель- 30г	
	Аскорбиновая кислота- 0,06г	