

СОГЛАСОВАНО

Директор государственного

учреждения образования

«Средняя школа №9 г.Жлобина»

С.В.Лебедь

2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор КТПУП «Школьник»

И.Г.Костейкова

2024г.

Примерное двухнедельное меню на
зимне-весенний период 2023-2024 учебный год.

Первая неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ р-ры Наименование	6-10 лет					11-18 лет/6-10 лет				
	выход	белки	жиры	Угл.	Ккал	выход	белки	жир	Угл.	Ккал
№1.19 сб.2020 Сыр (порциями)	30	7,5	5,16	-	76,5	-	-	-	-	-
						-	-	-	-	-
№1.15 сб.2020 Бутерброд «Купалле»*2	-	-	-	-	-	70	10,9	14,2	13,6	227
						60	9,3	12,1	11,6	194,5
№8.3 сб.2020 Колбаса вареная отварная/Сосис ки отварные*7	50	4,4	11,5	0,8	124, 4	2шт./100	8,8	23	1,6	248,8
						70	6,1	16,1	1,12	174
№13.3 сб.2020 Рис отварной*12	100	2,4	2,4	21	114, 3	150	3,6	3,6	31,5	171,4
						150	3,6	3,6	31,5	171,4
№13.6 сб.2020 Кофейный напиток с молоком	200	1,0	1,0	16	78	200	1,0	1,0	16	78
						200	1,0	1,0	16	78
Хлеб ржаной*	-	-	-	-	-	40	2,4	0,2	18	84,8
						20	1,2	0,1	9	42,4
	20	2,3	0,4	15,9	50,4	-	-	-	-	-

Хлеб пшеничный (батон)*											
ИТОГО		17,6	20,4	53,7	442		26,7	42	80,7	810	
							21,2	32,9	68,2	660,3	
	6-10 лет ГПД					11-18 лет/6-10 лет					
	ОБЕД					ОБЕД 2-й комплекс					
№1.76 сб.2020 Винегрет овощной*3	70	0,8	7,07	4,48	84,7	100	1,14	10,1	6,4	121	
						70	0,8	7,07	4,48	84,7	
№2.27 сб.2020 Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	4,7	2,18	14,6	75,8	200/20	4,7	2,18	14,6	75,8	
						200/20	4,7	2,18	14,6	75,8	
Ф.б. Биточки «Морские»	80	11,2	8,96	9,5	163	100	14	11,2	11,8	204	
						80	11,2	8,96	9,5	163,2	
Ф.б.Картофель запеченный	100	2,8	10,5	23,6	206	150	4,2	15,7	35,4	309	
						100	2,8	10,5	23,6	206	
Инф.сб.2023 Напиток «Фантастик» с вит.»С»	200	0,18	0,12	16,5	68,1	200	0,18	0,12	16,5	68,1	
						200	0,18	0,12	16,5	68,1	
Хлеб ржаной*	30	1,8	0,15	13,5	63,6	30	1,8	0,15	13,5	63,6	
						30	1,8	0,15	13,5	63,6	
№12.1 сб.2020 Фрукты*7	200	0,8	0,8	19,6	94	200	0,8	0,8	19,6	94	
						200	0,8	0,8	19,6	94	
ИТОГО		22,2	29,7	101	755		26,8	40,2	117,8	935,5	
							22,3	29,8	101,8	755,4	
	ПОЛДНИК 6-10 лет ГПД					ПОЛДНИК 11-18 лет					
№318 сб.2003 Оладьи из творога со сметаной	100/15	16,3	13,5	19,6	245	100/15	16,3	13,5	19,6	245	
№12.10 сб.2020 Компот из изюма	150	0,1	-	19,9	78	200	0,1	-	15	60	
ИТОГО		16,4	13,5	39,5	323		16,4	13,5	39,5	323	

ИТОГО ЗА ДЕНЬ		56,2	63,6	194	1520		43,1	55,5	120,2	1133
---------------	--	------	------	-----	------	--	------	------	-------	------

ВТОРНИК

	6-10 лет					11-18 лет/6-10 лет				
	ЗАВТРАК II					ОБЕД 1-й комплекс				
№1.47 сб.2020 Салат из белокочанной капусты с м.р.	50	1,2	2,55	5,65	50,5	90	2,16	4,5	10,2	90,9
						50	1,2	2,55	5,65	80,8
Инф.сб.2023 Шницель куриный «Солнышко»*4	60	16,0	10,4	0,54	161,2	100	26,7	17,3	0,9	268,7
						80	21,6	13,8	0,7	215
№19.9 сб.2020 Пюре картофельное	100	2,1	3,3	13,4	92	150	3,15	4,95	20,1	138
						150	3,15	4,95	20,1	138
№13.4 сб.2020 Чай с лимоном*8	200	0,2	0,04	10	41	200/7	0,25	0,05	12	51,5
						200/7	0,25	0,05	12	51,5
Кондитерские изделия (мармелад)	20	0,03	-	24,3	90	40	0,06	-	32,4	180
						40	0,06	-	32,4	180
Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4	40	2,4	0,2	18	84,8
						20	1,2	0,1	9	42,4
ИТОГО		20,7	16,4	62,9	477,1		34,7	27	93,6	813,9
							27,4	21,5	79,8	707,7
	6-10 лет ГПД					11-18 лет/6-10 лет				
	ОБЕД					ОБЕД 2-й комплекс				
Инф.сб.2023 Салат из морской капусты с горошком консервированны м	75	1,23	7,19	5,08	59,8	75	1,23	7,19	5,18	59,8
						75	1,23	7,19	5,18	59,8
№2.1 сб.2020г Борщ со сметаной	200/10	1,8	6,6	7,69	116,8	200/10	1,8	6,6	7,69	116,8
						200/10	1,8	6,6	7,69	116,8
№8.28 сб.2020г Тефтели с соусом	80/40	19,8	17,6	12,8	249	100/50	24,7	22	16	311,3

Сметанным с томатом						80/40	19,8	17,6	12,8	219
№10.1 сб.2020г Каша перловая рассыпчатая	150	4,35	4,2	31,2	129	150	4,35	4,2	31,2	129
						150	4,35	4,2	31,2	129
Сок/Нектар	200	0,6	0,2	28	120	200	0,6	0,2	28	120
						200	0,6	0,2	28	120
Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4	-	-	-	-	-
						-	-	-	-	-
Хлеб пшеничный (батон)*						30	2,3	0,4	15,9	75,6
						20	1,6	0,3	10,6	50,4
ИТОГО		29	35,8	93,4	717		34,9	40,5	104	812,5
							29,4	36,0	95,5	695
	ПОЛДНИК 6-10 лет ГПД					ПОЛДНИК 11-18 лет				
№4.17 сб.2020г Манник с повидлом	100/30	5,6	4,7	35,2	206	100/30	5,6	4,7	35,2	206
№13.10 сб.2020г. Молоко кипяченое	200	5,2	5,6	8,6	104	200	0,2	0,04	10	41
ИТОГО		10,8	10,3	43,8	310		10,8	10,3	43,8	310
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		62,6	63,2	229	1615,4		45,5	37,3	137	1123,9

СРЕДА

	6-10 лет					11-18 лет/6-10 лет				
	ЗАВТРАК II					ОБЕД 1-й комплекс				
Инф.сб.2023 Горошек консервированный (порциями)	20	0,6	0,1	1,5	11,6	35	1,2	0,2	2,9	23,2
						30	1,5	0,25	3,6	29
№8.35 сб.2020г. Оладьи из печени	50	8,9	7,1	3,1	122	-	-	-	-	-
						-	-	-	-	-

Инф.сб.2023 Мясные гнёзда* ¹⁰	-	-	-	-	-	100	16,6	17,6	22	336
						80	13,2	14,0	17,6	268,8
№10.7 сб.2020 Макаронные изделия отварные	100	3,4	2,9	20,2	120	150	5,1	4,3	30,3	180
						150	5,1	4,3	30,3	180
Нектар/Сок	200	0,6	0,2	28	120	200	0,6	0,2	28	120
						200	0,6	0,2	28	120
Хлеб пшеничный (батон)*	20	1,6	0,3	10,6	50,4	-	-	-	-	-
						-	-	-	-	-
Хлеб ржаной*	-	-	-	-	-	20	1,2	0,1	9	42,4
						20	1,2	0,1	9	42,4
№12.1 сб.2020 Фрукты* ⁷	200	0,8	0,8	19,6	94	-	-	-	-	-
						200	0,8	0,8	19,6	94
№14.20 сб.2020 Ватрушка с творогом	-	-	-	-	-	75	5,5	3,4	29,2	209
						-	-	-	-	-
ИТОГО		15,1	11,1	83	518		30,2	25,8	121	910,6
							21,2	19,7	108	734,2
	6-10 лет ГПД					11-18 лет/6-10 лет				
	ОБЕД					ОБЕД 2-й комплекс				
Инф.сб. сб.2023 Салат «Сударушка»	60	2,04	6,7	7,8	99,7	80	2,72	8,96	10,4	133
						75	2,55	8,4	9,7	124,6
№2.36 сб.2020 Суп молочный с пшеном	200	6,0	6,6	18,4	156	200	6,0	6,6	18,4	156
						200	6,0	6,6	18,4	156
Инф.сб.2023 Мясные гнезда* ¹⁰	60	9,96	10,6	13,2	201,6	80	13,2	14,1	15	268,8
						70	11,6	12,3	13	235,2
Инф. сб.2023 Картофель тушеный	100	2	6,5	15,8	130,6	100	2	6,5	15,8	130,6
						100	2	6,5	15,8	130,6
№12.6 сб.2020 Компот из свежих яблок с вит.»С»	200	0,2	0,2	21	88	200	0,2	0,2	21,8	88
						200	0,2	0,2	21,8	88
Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4	30	1,8	0,15	13,5	63,6
						20	1,2	0,1	9	42,4
	-	-	-	-	-	50	5,6	3,2	19,8	108,6

№14.20 сб.2020 Ватрушка с творогом						-	-	-	-	-
ИТОГО		21,5	30,7	85,2	718,3		31,5	39,7	115	818
							23,5	34,1	87,7	776
	ПОЛДНИК 6-10 лет ГПД					ПОЛДНИК 11-18 лет				
№5.2 сб.2020г. Омлет натуральный	100	9,5	13	1,7	159	100	9,5	13	1,7	159
№13.2 сб.2020 Чай с сахаром	200	0,2	0,04	10	41	200	0,2	0,04	10	41
Хлеб ржаной*	10	0,6	0,05	4,05	24,2	10	0,6	0,05	4,05	24,2
№14.20 сб.2020 Ватрушка с творогом	50	5,6	3,2	19,8	108,6	-	-	-	-	-
№12.1 сб.2020 Фрукты*7	-	-	-	-	-	200	0,8	0,8	19,6	94
ИТОГО		15,9	16,2	35,5	332,8		11,1	14,2	35,3	318,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		52,5	58	204	1569,1		41,3	40	156	1228,8

ЧЕТВЕРГ

	6-10 лет					11-18 лет/6-10 лет				
	ЗАВТРАК II					ОБЕД 1-й комплекс				
Инф.сб.2023 Салат «Перемена»	50	1,4	2,5	6,55	54,8	100	2,8	5,0	13,1	109,6
						60	1,68	3,0	7,8	65,7
Инф.сб.2023 Котлета «Кветка»*9	70	6,37	8,5	5,1	159,1	100	9,1	12,2	7,29	227,3
						80	7,28	9,76	5,83	181,8
№10.1 сб.2020 Каша гречневая рассыпчатая	100	5,2	3,7	24,3	151	150	7,5	5,55	36,4	226,5
						150	7,5	5,55	36,4	226,5
№13.8 сб.2020 Какао с молоком	200	3,8	3,9	20,7	133	-	-	-	-	-
						200	3,8	3,9	20,7	133
Инф.сб.2023 Напиток апельсиновый с вит.»С»						200	0,1	-	15	60
						-	-	-	-	-

Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9,0	42,4	20	1,2	0,1	9	42,4
						20	1,2	0,1	9,0	42,4
Кондит.изд. (зефир)*7	-	-	-	-	-	50	0,4	0,05	29,9	163
						50	0,4	0,05	29,9	163
ВСЕГО		15,8	18	55,9	540,3		21,1	22,9	110	828,8
							21,8	22,2	109	812,4
	6-10 лет ГПД					11-18 лет/6-10 лет				
	ОБЕД					ОБЕД 2-й комплекс				
№1.65 сб.2020 Салат из свеклы с сыром и чесноком*11	80	4,4	12,0	4,64	144,8	80	4,4	12,0	4,64	144,8
						50	2,7	7,5	2,9	90,5
№2.25сб.2020 Суп картофельный с бобовыми	200	4,6	3,6	16,2	116	200	4,6	3,6	16,2	116
						200	4,6	3,6	16,2	116
№8.21 сб.2020 Биточки из свинины	70	9,3	6,4	19,9	193,2	100	13,2	9,1	28,4	276
						70	9,3	6,4	19,9	193,2
№3.8 сб.2020 Рагу из овощей с соусом сметанным*5	100	11,6	15	9,2	120	100	11,6	15	9,2	120
						100	11,6	15	9,2	120
Инф.сб.2023 Напиток апельсиновый с вит.»С»	200	0,1	-	15	60	200	0,1	-	15	60
						200	0,1	-	15	60
Хлеб ржаной *	20	1,2	0,1	9	42,4	20	1,2	0,1	9	42,4
						20	1,2	0,1	9	42,4
Кондит.изд. (зефир)*7	-	-	-	-	-	50	0,4	0,05	39,9	163
						50	0,4	0,05	39,9	163
ИТОГО		31,2	37,1	64,7	696,4		35,5	39,8	122	922,2
							29,9	32,6	112	762,4
	ПОЛДНИК 6-10 лет ГПД					ПОЛДНИК 11-18 лет				
№14.9 сб.2020 Оладьи (на молоке) с повидлом	100/30	8,0	10,2	40,2	225	100/15	8,0	10,2	40,2	225
№13.10 сб.2020 Молоко кипяченое	200	5,2	5,6	8,6	104	200	5,2	5,6	8,6	104
ИТОГО		13,2	15,8	48,8	329		13,2	15,8	48,8	329

ИТОГО ЗА ДЕНЬ		60,2	70,9	169	1565,7		48,7	55,6	171	1251,2
---------------	--	------	------	-----	--------	--	------	------	-----	--------

ПЯТНИЦА

	6-10 лет					11-18 лет/6-10 лет				
	ЗАВТРАК II					ОБЕД 1-й комплекс				
Инф.сб.2023 кукуруза консервированная (порциями)	20	0,4	0,16	2,44	12,2	-	-	-	-	-
						-	-	-	-	-
Инф.сб.2023 Салат «Горошек»	-	-	-	-	-	75	4,8	3,1	11,4	141
						60	3,8	2,55	9,1	112,8
Инф.сб.2023 Митболы с сыром	60	9,96	15,6	3,18	207,6	80	13,3	20,8	4,2	276,8
						75	12,4	19,5	3,8	259,5
№10.9 сб.2020 Пюре картофельное	100	2,1	3,3	13,4	92	150	3,15	4,95	20,1	138
						100	2,1	3,3	13,4	92
Инф.сб.2023 Напиток «Смородинка» с вит.»С»	200	0,2	-	22,5	90	200	0,2	-	22,5	90
						200	0,2	-	22,5	90
Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4	20	1,2	0,1	9,0	42,4
						20	1,2	0,1	9,0	42,4
№377 сб.2007 Крендель сахарный	-	-	-	-	-	60	3,4	3,8	34,8	208
						50	2,9	3,2	29	174
ИТОГО		13,9	19,1	50,5	444,2		26	32,7	102	896,2
							22,6	28,7	86,8	770,7
	6-10 лет 3-х ГПД					11-18 лет/6-10 лет				
	ОБЕД					ОБЕД 2-й комплекс				
Ф.б. Салат «Нежность» со сметаной	60	12	16,3	2,04	52,2	-	-	-	-	-
						-	-	-	-	-
Инф.сб.2023 Салат «Горошек»						60	3,8	2,5	9,1	112,8
						50	3,2	2,0	7,5	94

№2.10 Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	1,8	5,0	11,4	116,4	200/10	1,8	5,0	11,4	116,4
						200/10	1,8	5,0	11,4	116,4
№7.15 сб.2020 Тефтели рыбные любительские* ⁶	75/50	10,5	10,7	12,9	189	-	-	-	-	-
						-	-	-	-	-
Инф.сб.2023 Митболы с сыром						80	13,3	20,8	4,2	276,8
						60	9,96	15,6	3,18	207,6
№10.3 сб.2020 Рис отварной	100	2,5	3,6	21,9	130	100	2,5	3,6	21,9	130
						100	2,5	3,6	21,9	130
Инф.сб.2023 Напиток лимонный новый	200	0,2	-	14	58	200	0,2	-	22,5	58
						200	0,2	-	22,5	58
Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4	20	1,2	0,1	9	42,4
						20	1,2	0,1	9	42,4
№12.1 сб.2020 Фрукты* ⁷	200	0,8	0,8	19,6	94	-	-	-	-	-
						200	0,8	0,8	19,6	94
№377 сб.2007 Крендель сахарный	-	-	-	-	-	50	2,9	3,2	29	174
						-	-	-	-	-
ИТОГО		29	36,5	90,8	682		25,7	35,2	107	910,4
							19,7	27,1	95	742,4
	ПОЛДНИК 6-10 лет ГПД					ПОЛДНИК 11-18 лет				
Ф.б. Запеканка из рикотты с молоком сгущенным	100/10	9,3	12,5	20,6	230,5	100/10	9,3	12,5	20,6	230,5
№13.2 сб.2020 Чай с сахаром	200	0,2	0,04	10	41	200	0,2	0,04	10	41
ИТОГО		9,5	12,5	30,6	271,5		9,5	12,5	30,6	271,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		52,4	68,1	171,9	1397,7		35,2	47,7	138	1182

*Нормы хлеба могут изменяться с учетом его фактического потребления; при использовании хлебобулочных изделий собственного производства нормы хлеба уменьшаются, а нормы на необходимые для их изготовления продукты увеличиваются (постановление Совета Министров РБ №317), в редакции постановления Совета Министров РБ от 23.08.2023г.№555

*²Допускается замена на закрытый бутерброд с сыром ТК №1.8 сб.2020

*³Допускается замена на салат винегрет морской ТК №1.77, винегрет овощной с сельдью ТК №1.78 сб.2020

*⁴ Допускается замена на шашлык из филе птицы ф.б.

*⁵ Допускается замена на рагу овощное ТК №10.22 сб.2020

*⁶ Допускается замена на рыба ,запеченная с морковью ТК №7.9; рыба ,тушеная в сметане ТК №7.4 сб.2020; наггетсы из рыбы инф.сб.2023

*⁷ Вес сосисок , фруктов, кондитерских изделий меняется в зависимости от акта калибровки

*⁸ Допускается замена на чай с сахаром ТК №13.2 сб.2020

*⁹ Допускается замена на птица в сыре инф.сб.2023, биточки куриные с сыром ТК №9.22 сб.2020

*¹⁰ Допускается замена на колбаски мясные инф.сб.2023

*¹¹ Допускается замена на салат из сыра и моркови ТК №84 сб. бел. блюд 1997

*¹² Допускается замена на рис «Мозаика» инф.сб.2023

«С»- витаминизацию блюд проводить в соответствии с нормами питания на каждую возрастную группу:

50мг для детей в возрасте 6-10 лет

70мг для детей в возрасте 11-18 лет

Во вторую смену учащимся 3-4 классов ,6-8 классов в качестве одноразового питания предоставляется обед (алгоритм применения постановления Совета Министров РБ от 23.08.2023г. №555)

Меню составлено на основе:

Сборника технологических карт блюд и изделий для питания учащихся учреждений образования 2020г.(сб.2020),

Сборника рецептур белорусских блюд 1997 г.(сб,1997),

Фирменных блюд собственной разработки (ф.б.);

Сборника технологических карт блюд диетического питания 2003г.(сб.2003), Сборника технологических карт кондитерских и булочных изделий 2007г.(2007),

Электронного информационного сборника тех.карт разработанного Министерством образования РБ 2023г.(инф.сб.2023)

ПРИМЕЧАНИЕ: Допускается производить замены блюд на равноценные по пищевой и энергетической ценности в случае недопоставки продуктов или в период неисправности торгово-технологического оборудования, а также по другим обоснованным причинам ССЭТ от 07.08.2019г.№525. Не включать одноименные блюда и гарниры в течение двух дней подряд.

Не включать одноименные блюда и гарниры в течение двух дней подряд.

Технолог



А.Г Бондаренко