

СОГЛАСОВАНО

Директор государственного
учреждения образования

"Средняя школа №9 г. Жлобина"

29 ноября 2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГЧУЧ «Школьник»

И.Г. Костейкова
29 ноября 2024г.

**Примерное меню
для обучающихся 1-4 классов на зимне-весенний период .
Первая неделя.**

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ п-ры	Наименование	Вы-ход	Бел.	Жир.	Угл.	Ккал.
ЗАВТРАК II						
№1.9 сб.2020	Сыр (порциями)	30	2,34	2,37	0	132
№8.3 сб.2020	Колбаса вареная отварная*3	50	4,95	8,95	0,8	103,5
№10.2 сб.2020	Каша гречневая вязкая	100	3	3	14,9	97
№13.2 сб.2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,04	10	41
№12.1 сб.2020	Фрукты*2	180	0,8	0,8	17,6	94
	Хлеб пшеничный (батон)*	20	1,6	0,3	10,6	50,4
ИТОГО:			12,89	15,46	53,9	517,9
ОБЕД ГПД						
№1.70 сб.2020	Салат "Здоровье"	100	1,6	10,1	5,9	121
№2.10 сб.2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	1,8	5	11,4	116,4
ф.б.	Биточки "Морские"	60	18,3	6,2	7,18	132,5
№10.8 сб.2020	Картофель отварной	150	3,15	4,95	20,1	139
№12.6 сб.2020	Компот из свежих яблок с вит."С"	200	0,2	0,2	21	88
	Хлеб ржаной*	30	1,8	0,15	13,5	63,6
ИТОГО:			26,85	27	79,08	660,5
ОБЕД для обучающихся во вторую смену						
Ф.б.	Кукуруза консервированная (порциями)	60	0,8	0,32	4,88	36,6
№2.10 сб.2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	1,8	5	11,4	116,4
№8.3 сб.2020	Колбаса вареная отварная*3	75	6,6	17,2	1,2	186,6
№10.2 сб.2020	Каша гречневая вязкая	150	4,5	4,5	22,4	145,5
№13.2 сб.2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,04	10	41
	Кондитерские изделия (вафельный батончик)	21	10,3	8,9	31,9	130,4
	Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4
ИТОГО			25,4	36,06	90,78	698,9
ПОЛДНИК ГПД						
ф.б.	Вареники мясные с м.сл.*13	70/5	7,3	6,4	30,8	184,1
№12.10 сб.2020	Компот из изюма	200	0,3	0	19,9	78
ИТОГО:			7,6	6,4	50,7	262,1
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			48,04	54,9	188,9	1465,7
ЗАВТРАК II						
ф.б.	Горошек зеленый консервированный (порциями)*5	20	0,6	0,24	3,84	18,3
№8.21 сб.2020	Биточки из свинины	60	8,04	11	8,52	165,6
№10.7 сб.2020	Макаронные изделия отварные	100	3,4	2,9	20,2	120
№13.6 сб.2020	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1	16	78
	Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4

ВТОРНИК

	Кондитерское изделие (вафельный батончик)*2	21	10,3	8,9	31,9	130,4
ИТОГО:			24,94	16,9	78,3	533,1
	ОБЕД ГПД					
№23сб.1997	Салат из свеклы с м.р.	75	1,4	5,1	8,78	43,9
№2.25сб.2020	Суп картофельный с бобовыми	200	4,6	3,6	16,2	116
№8.16сб.2020	Плов со свиной	60/120	16,2	27,9	35,2	437,5
Ф.б.	Напиток из припаса (в ассортименте) с вит.»С»	200	0	-	22,5	90
	Хлеб ржаной*					
ИТОГО		20	1,2	0,1	9	42,4
			23,4	36,7	91,68	729,8

ОБЕД для обучающихся во вторую смену

ф.б.	Горошек зеленый консервированный (порциями)*5	40	1,2	0,48	7,68	36,6
№2.25 сб.2020	Суп картофельный с бобовыми	200	4,6	3,6	16,2	116
№8.16 сб.2020	Плов со свиной	50/120	13,5	23,3	29,4	381
ф.б.	Напиток из припаса (в ассортименте) с вит "С" *10	200	0		22,5	90
	Хлеб ржаной *	40	2,4	0,2	18	84,8
ИТОГО			21,7	27,58	93,78	708,4

ПОЛДНИК ГПД

№5.2сб.2020	Омлет натуральный	50	8	6,6	0,9	83,5
№378сб.2007	Сдоба детская фигурная	50	3,5	4,2	24,8	151,5
ф.б.	Напиток лимонный новый	200	0,2		14	58
ИТОГО			11,7	10,8	39,7	293

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			60,6	51	214,1	1555,9
----------------	--	--	------	----	-------	--------

ЗАВТРАК II

№9.9сб.2020	Биточки рубленые из птицы паровые	50	7,2	5,3	4,1	123
№10.9сб.2020	Пюре картофельное	100	2,1	3,3	13,4	92
№13.2сб.2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,04	10	41
	Сырок творожный глазированный	40	3,16	11	13	165,2
	Хлеб пшеничный (батон)*	20	1,6	0,3	10,6	50,4
ИТОГО:			14,26	19,94	51,1	471,6

ОБЕД ГПД

ф.б.	Салат "Перемена"	75	2,1	3,83	9,83	82,2
№2.1сб.2020	Борщ со сметаной	200/10	1,8	6,6	7,69	116,8
Ф.б.	БелНаггетс	75	16,1	7,18	0,8	198,5
№10.2сб.2020	Каша гречневая вязкая	100	3	3	14,6	97
	Сок	200	0,6	0,2	28	120
	Хлеб ржаной *	30	1,8	0,15	13,5	63,6
ИТОГО			25,4	20,96	74,42	678,1

ОБЕД для обучающихся во вторую смену

ф.б.	Морская капуста (порциями)*5	40	7,5	5,16	-	86,5
№2.1 сб.2020	Борщ со сметаной	200/10	1,8	6,6	7,69	116,8
ф.б.	БелНаггетс	60	12,9	5,75	0,7	134,8
№10.9сб.2020	Пюре картофельное	100	2,1	3,3	13,4	92
№13.2сб.2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,04	10	41
	Хлеб ржаной*	30	1,8	0,15	13,5	63,6
	Сырок творожный глазированный	40	3,16	11	13	165,2
ИТОГО			29,46	32	58,29	699,9

ПОЛДНИК ГПД

№10.5 сб.2020	Каша вязкая молочная "Артековская"	170	7,2	4,42	32,6	198,9
	Хлеб пшеничный (батон)*	20	1,6	0,3	10,6	50,4
ф.б.	Напиток лимонный новый с вит."С"	200	0,2	0	14	58
ИТОГО:			9	4,72	57,2	307,3

СРЕДА

ЧЕТВЕРГ	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			48,7	45,6	182,7	1457
	ЗАВТРАК П						
	№1.55 сб.2020	Салат "Агенчык" с м.р.*6	50	1,26	7,84	4,55	93,8
	ф.б.	Тефтелинки	50	11,2	5,75	5,25	117
	№10.7 сб.2020	Макаронные изделия отварные	100	3,4	2,9	20,2	120
	ф.б.	Чай с апельсином	200/7	0,2	0,04	10	41
		Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4
	№12.1 сб.2020	Фрукты*2	180	0,8	0,8	17,6	94
	ИТОГО:			18,06	17,43	66,6	508,2
	ОБЕД ГПД						
	№1.67 сб.2020	Салат "Розовый" с м.р.*4	60	3,36	8,88	2,16	102
	№2.36 сб.2020	Суп молочный с крупой пшениной	200	0,6	6,6	18,4	156
	Ф.б.	Котлета "Деревенская" со сметаной	100/20	16,7	23	13,7	319,4
	ф.б.	Напиток "Фантастик" с вит."С"	200	0,18	0,12	16,5	70
		Хлеб ржаной*	30	1,8	0,15	13,5	63,6
	ИТОГО:			22,64	38,75	64,26	711
	ОБЕД для обучающихся во вторую смену						
	С	Салат "Розовый"*4	50	2,8	7,3	1,8	85
	№2.36 сб.2020	Суп молочный с крупой пшениной	200	0,6	6,6	18,4	156
	ф.б.	Тефтелинки*11	50	11,2	5,75	5,25	117
	№10.7 сб.2020	Макаронные изделия отварные	100	3,4	2,9	20,2	120
	ф.б.	Напиток "Фантастик" с вит."С"*12	200	0,18	0,12	16,5	70
		Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4
		Кондитерские изделия (зефир)*2	50	3,16	11	13	165,2
	ИТОГО			22,54	26,4	84,15	755,6
	ПОЛДНИК ГПД						
	№14.9 сб.2020	Оладьи (на молоке) с молоком сг.	100/20	14,3	12,5	20,6	225,5
	№13.10 сб.2020	Молоко кипяченое	200	5,2	5,6	8,6	104
	ИТОГО:			19,5	18,1	29,2	329,5
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			60,6	74,4	161,7	1556,7
ПЯТНИЦА	ЗАВТРАК П						
	ф.б.	Кукуруза консервированная (порциями)	30	0,55	0,1	1,9	10,5
	Ф.б.	Котлета «Кветка»	50	14,55	16,1	3,64	113,7
	№10.9 сб.2020	Пюре картофельное	100	2,1	3,3	13,4	92
		Сок	200	0,6	0,2	28	120
		Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4
		Кондитерские изделия (зефир)*2	40	0,4	0,05	39,5	163
	ИТОГО:			18,85	19,75	93,54	531,1
	ОБЕД ГПД						
	№1.69 сб.2020	Салат "Бурячок"*8	60	0,96	4,92	4,2	64,8
			200/10	1,9	5,1	12,5	103,4
	№2.18 сб.2020	Рассольник ленинградский со сметаной					
	№8.12 сб.2020	Гуляш из свинины*9	50/50	11,4	10,9	5,1	254
	№10.3 сб.2020	Рис отварной	100	5	3,7	24,3	151
	№12.10 сб.2020	Компот из изюма с вит.»С»	150	0,3	-	19,9	78
		Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4
	ИТОГО:			20,76	24,72	75	693,6
	ОБЕД для обучающихся во вторую смену						
			200/10	1,9	5,1	12,5	103,4
	№2.18 сб.2020	Рассольник ленинградский со сметаной					
	Ф.б.	Котлета «Кветка»	60	17,4	11,3	4,36	136,5

10.9сб.2020	Пюре картофельное	100	2,1	3,3	13,4	92
	Сок	200	0,6	0,2	28	120
	П/Ф Блинчики "Бабушка Аня"(или с творогом или с яблоком или с клубникой)	60	8	10,6	51	231
	Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4
ИТОГО			31,2	30,6	118,26	725,3
	ПОЛДНИК ТПД					
	П/Ф Блинчики "Бабушка Аня"(или с творогом или с яблоком или с клубникой)	60	8	10,6	51	231
№13.6 сб.2020	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1	16	78
ИТОГО:			9,4	11,6	67	309
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			49,6	56,1	240	1554,9

*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 постановления Совета Министров РБ от 23.08.2023г.№555

*² Вес сосисок , фруктов, кондитерских изделий меняется в зависимости от акта калибровки

*3 Допускается замена на сосиски отварные ТК №8.3 сб.2020

*4 Допускается замена на салат "Заря" ТК №1.67 сб.2020

*5 Допускается замена на кукурузу консервированную (порциями) ф.б., Салат "Озорник" ф.б.

*6 Допускается замена на салат "Калейдоскоп" ф.б.

*7 Допускается замена на Кукурузу консервированную (порциями)ф.б.

*8 допускается замена на Салат "Школьный" Тк " 1.74 сб.2020, Салат " Осенний" ТК №1.73 сб.2020

*9 Допускается замена на Мясо тушеное ТК №8.8 сб.2020

*10Допускается замена на напиток яблочный ф.б., напиток лимонный новыйф.б. компот из свежих яблок ТК №12.6 сб.2020

*11Допускается замена на Тефтели с соусом ТК №8.28 сб.2020

*12Допускается замена на напиток яблочный ф.б.,напиток из припаса ф.б.

*13Допускается замена на запеканку из рикотты ф.б.,сырники из рикотты ф.б.

«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 рецептов белорусских блюд 1997 г.(сб,1997),

Фирменных блюд собственной разработки (ф.б.);

Сборника технологических карт блюд диетического питания 2003г.(сб.2003),

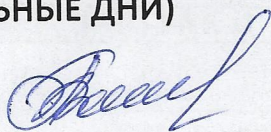
Сборника технологических карт кондитерских и булочных изделий 2007г

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.

Для детей,находящихся на диетическом (лечебном и профилактическом) питании, дневной (суточный) рацион подлежит коррекции в соответствии с рекомендациями врача-педиатра (ССЭТ № 525 П.149)

**** ПО СОГЛАСОВАНИЮ С РОДИТЕЛЬСКИМ КОМИТЕТОМ ИЗ РАЦИОНА ОБЕДОВ
МОГУТ ИСКЛЮЧАТЬСЯ СУПЫ (ПОЛНОСТЬЮ
ИЛИ В ОТДЕЛЬНЫЕ ДНИ)**

технолог



А.Г.Бондаренко