

СОГЛАСОВАНО

Директор государственного
учреждения образования
"Средняя школа №9 г. Жлобина"

2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор КППУП «Школьник»

И.Г.Костейкова

2024г.

**Примерное двухнедельное меню для обучающихся 5-11 классов на
зимне-весенний период 2024 учебный год.**

Первая неделя.

ПОНЕДЕЛЬНИК

№ п-ры Наименование	Обучающиеся 5 классов (возрастная группа 10 лет)					11-18 лет				
	ОБЕД (1-й комплекс)					ОБЕД (1-й комплекс)				
	выход	белки	жиры	Угл.	Ккал	выход	белки	жир	Угл.	Ккал
ф.б. Кукуруза консервированная	60	0,8	0,32	4,88	36,6					
ф.б. Салат «Сударушка»*3						75	9,4	18,2	1,8	208,5
№2.10 сб.2020 Ци из свежей капусты со сметаной с вит. "С"	200/10	1,8	5	11,4	116,4	200/10	1,8	5	11,4	116,4
№8.3сб.2020 Колбаса вареная отварная*4	75	6,6	17,2	1,2	186,6	100	8,8	23	1,6	248,8
№10.2сб.2020 Каша гречневая вязкая	150	4,5	4,5	22,4	145,5	150	4,5	4,5	22,3	145,5
№13.2сб.2020Чай с сахаром	200	0,2	0,04	10	41	200	0,2	0,04	10	41
Кондитерские изделия (вафельный батончик)	21	10,3	8,9	31,9	130,4	21	10,3	8,9	31,9	130,4
Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4	20	1,2	0,1	9	42,4
ИТОГО		25,4	36,06	90,78	698,9		36,2	59,74	88	933
	ОБЕД (2-й комплекс)					ОБЕД (2-й комплекс)				
	выход	белки	жиры	Угл.	Ккал	выход	белки	жир	Угл.	Ккал
ф.б.Кукуруза консервированная (порциями)	80	0,8	0,32	4,88	48,8					
ф.б. Салат "Сударушка"3						100	12,5	24,3	2,4	278
№8.3сб.2020 Колбаса вареная отварная*4	100	8,8	23	1,6	248,8	100	8,8	23	1,6	248,8

№10.2 сб.2020 Каша гречневая вязкая	150	4,5	4,5	22,4	145,5	150	4,5	4,5	22,4	145,5
№13.2 Чай с сахаром	200	0,2	0,04	10	41	200	0,2	0,4	10	41
Кондитерские изделия (вафельный батончик)	21	10,3	8,9	31,9	130,4	21	10,3	8,9	31,9	130,4
Хлеб ржаной*	40	2,4	0,2	18	84,8	40	2,4	0,2	18	84,8
ИТОГО		27	36,96	88,78	699,3		38,7	61,3	86,3	928,5
						ПОЛДНИК				
						для обучающихся, получающих двухразовое питание				
ф.б. Варэнкі лянiвые смачныя с м.сл.*5						100/5	10,4	9,1	44	263
№12.6сб.2020 Компот из свежих яблок с вит."С"						200	0,2	0,2	21	88
ИТОГО							10,6	9,3	65	351

ВТОРНИК

		Обучающиеся 5 классов (возрастная группа 10 лет)					11-18 лет				
		ОБЕД (1-й комплекс)					ОБЕД (1-й комплекс)				
№	р-ры Наименование	выход	белки	жиры	Угл.	Ккал	выход	белки	жир	Угл.	Ккал
ф.б.	Салат "Озорник"	50	1,5	6	6,2	77,2	60	1,8	7,2	7,44	92,6
№2.25 сб.2020	Суп картофельный с бобовыми	200	4,6	3,6	16,2	116	200	4,6	3,6	16,2	116
№8.16сб.2020	Плов со свиной*6	50/120	13,5	23,3	29,4	381	50/120	13,5	23,3	29,4	381
ф.б.	Напиток из припаса (в ассортименте) с вит."С"*7	200	0	-	22,5	90	200	0	0	22,5	90
	Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4	40	2,4	0,2	18	84,8
	Фрукты* ²	150	0,6	0,6	14,7	67,5	200	0,8	0,8	19,6	90
ИТОГО			21,4	33,6	98	774,1		23,1	35,1	113,14	854,4
		ОБЕД (2-й комплекс)					ОБЕД (2-й комплекс)				
ф.б.	Салат "Озорник"	75	2,25	9	4,13	115,8	100	3	12	12,4	154,4
№8.16сб.2020	Плов со свиной*6	50/120	13,5	23,3	29,4	381	60/120	16,2	27,9	35,2	497,2
ф.б.	Напиток из припаса (в ассортименте) с вит."С"*7	200	0	0	22,5	90	200	0	0	22,5	90
	Хлеб ржаной*	40	2,4	0,2	18	84,8	40	2,4	0,2	18	84,8
№12.1сб.2020	Фрукты* ²	150	0,6	0,6	14	67,5	200	0,8	0,8	19,6	90
ИТОГО			18,75	33,1	88,03	739,1		22,4	40,9	107,7	916,4
							ПОЛДНИК				
							для обучающихся, получающих двухразовое питание				

№5.2сб.2020 Омлет натуральный*						100	16	13,2	1,8	167
№13.6сб.2020 Кофейный напиток с молоком						200	1,4	1	16	78
Хлеб пшеничный (батон)*						20	1,6	0,3	10,6	50,4
ИТОГО							19	14,5	28,4	295,4

СРЕДА

		Обучающиеся 5 классов (возрастная группа 10 лет)					11-18 лет				
		ОБЕД (1-й комплекс)					ОБЕД (1-й комплекс)				
№ р-ры	Наименование	выход	белки	жиры	Угл.	Ккал	выход	белки	жир	Угл.	Ккал
	ф.б. Морская капуста консервированная (порциями)*8	40	7,5	5,16	0	86,5					
	ф.б. Салат "Нежность"с м.р.*9						80	1,8	6,08	2,8	99,9
	№2.1 сб.2020 Борщ со сметаной	200/10	1,8	6,6	7,69	116,8	200/10	1,8	6,6	7,69	116,8
	ф.б. БелНаггетс*14	60	12,9	5,75	0,7	134,8	75	16	7,18	0,8	168,5
	№10.9 сб.2020 Пюре картофельное	100	2,1	3,3	13,4	92	150	3,15	4,95	20,1	138
	№13.2 сб.2020 Чай с сахаром	200	0,2	0,04	10	41	200	0,2	0,04	10	41
	Сырок творожный глазированный	40	3,16	11	13	165,2	40	3,16	11	13	165,2
	Хлеб ржаной*	40	2,4	0,2	18	84,8	40	2,4	0,2	18	84,8
	ИТОГО		30,06	32,05	62,79	721,1		28,51	36,05	72,39	814,2
		ОБЕД (2-й комплекс)					ОБЕД (2-й комплекс)				
	ф.б. Морская капуста консервированная(порция ми)*8	50	9,4	6,45	0	108					
	ф.б. Салат "Нежность"с м.р.*9						80	1,8	6,08	2,8	99,9
	ф.б. БелНаггетс*14	70	17,7	7,63	8,19	201,7	100	25,3	10,9	11,7	288,2
	№10.9сб.2020 Пюре картофельное	100	2,1	3,3	13,4	92	150	3,15	4,95	20,1	138
	№13.2 сб.2020 Чай с сахаром	200	0,2	0,04	10	41	200	0,2	0,04	10	41
	Сырок творожный глазированный	40	3,16	11	13	165,2	40	3,16	11	13	165,2
	Хлеб ржаной*	40	2,4	0,2	18	84,8	40	2,4	0,2	18	84,8
	ИТОГО		34,96	28,62	62,59	692,7	610	36,01	33,17	75,6	817,1
							ПОЛДНИК				

					для обучающихся, получающих двухразовое питание				
П/ф Блинчики "Бабушка Аня" (или с творогом или с яблоком или с клубникой)					60	8	10,6	51	231
Сок					200	0,6	0,2	28	120
ИТОГО									

ЧЕТВЕРГ

		Обучающиеся 5 классов (возрастная группа 10 лет)					11-18 лет				
		ОБЕД (1-й комплекс)					ОБЕД (1-й комплекс)				
№ п-ры	Наименование	выход	белки	жиры	Угл.	Ккал	выход	белки	жир	Угл.	Ккал
№1.67 сб.2020	Салат "Розовый"*10	50	2,8	7,3	1,8	85	75	4,2	11	2,7	127,5
№2.36 сб.2020	Суп молочный с крупой пшенной	200	0,6	6,6	18,4	156	200	0,6	6,6	18,4	156
Ф.б.	Тефтели*11	50	11,2	5,75	5,25	117	70	16,1	8,05	7,35	163,8
№10.7 сб.2020	Макаронные изделия отварные	100	3,4	2,9	20,2	120	100	3,4	2,9	20,2	120
ф.б.	Напиток "Фантастик" с вит."С"*13	200	0,18	0,12	16,5	70	200	0,18	0,12	16,5	70
	Кондитерское изделие (зефир)*	40	3,16	11	13	165,2	40	3,16	11	13	165,2
	Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4	20	1,2	0,1	9	42,4
ИТОГО			22,54	33,77	84,15	755,6		28,84	39,77	87,15	844,9
		ОБЕД (2-й комплекс)					ОБЕД (2-й комплекс)				
№1.67 сб.2020	Салат "Розовый"*10	50	0,3	5,55	0,85	54,5	100	0,6	11,1	1,7	109
Ф.б.	Тефтели*11	80	17,9	9,2	8,4	227,2	100	22,4	11,5	10,5	284
№10.7 сб.2020	Макаронные изделия отварные	150	5,1	4,35	30,3	180	150	5,1	4,35	30,3	180
ф.б.	Напиток "Фантастик" с вит."С"*13	200	0,18	0,12	16,5	70	200	0,18	0,12	16,5	70
	Кондитерское изделие (зефир)*	40	3,16	11	13	165,2	40	3,16	11	13	165,2
	Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4	20	1,2	0,1	9	42,4
ИТОГО			27,84	30,32	78,05	739,3		32,64	38,17	81	850,6
							ПОЛДНИК				

						для обучающихся, получающих двухразовое питание				
№14.9 сб.2020 Оладьи с молоком сг.						100/20	14,3	12,5	20,6	225,5
ф.б. Чай с апельсином						200/7	0,2	0,04	10	41
ИТОГО							14,5	12,54	30,6	266,5

ПЯТНИЦА

	Обучающиеся 5 классов (возрастная группа 10 лет)					11-18 лет				
	ОБЕД (1-й комплекс)					ОБЕД (1-й комплекс)				
№ п-ры Наименование	выход	белки	жиры	Угл.	Ккал	выход	белки	жир	Угл.	Ккал
ф.б. Горошек консервированный (порциями)*12						40	0,73	0,13	5,8	14
№2.18сб.2020 Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	1,9	5,1	12,5	103,4	200/10	1,9	5,1	12,5	103,4
Ф.б. Котлета «Кветка»	60	17,4	11,3	4,36	136,5	75	21,8	14,1	5,46	170,6
№10.9 сб.2020 Пюре картофельное	100	2,1	3,3	13,4	92	150	3,15	4,95	20,1	138
Сок	200	0,6	0,2	28	120	200	0,6	0,2	28	120
П/ф Блинчики "Бабушка Аня "(с яблоком или с клубникой или с творогом)	60	8	10,6	51	231	60	8	10,6	51	231
Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4	20	1,2	0,1	9	42,4
ИТОГО		31,2	30,6	118,26	725,3	545	37,38	35,18	131,86	819,4
	ОБЕД (2-й комплекс)					ОБЕД (2-й комплекс)				
ф.б. Горошек консервированный (порциями)						40	0,73	0,13	5,8	14
Ф.б. Котлета «Кветка»	75	21,8	14,1	5,46	170,6	100	29,4	18,8	7,27	227,4
№10.9 сб.2020 Пюре картофельное	150	3,15	4,95	20,1	138	150	3,15	4,95	20,1	138
Сок	200	0,6	0,2	28	120	200	0,6	0,2	28	120

ФП/ф Блинчики "Бабушка Аня" (или с яблоком или с клубникой или с творогом)	60	8	10,6	51	231	60	8	10,6	51	231
Хлеб ржаной*	20	1,2	0,1	9	42,4	40	2,4	0,2	18	84,8
ИТОГО		34,75	29,95	113,56	702	590	44,28	34,88	130,17	815,2
						ПОЛДНИК				
						для обучающихся, получающих двухразовое питание				
№377 с62007 Крендель сахарный						50	2,1	8,4	18,3	174
№13.10с6.2020 Молоко кипяченое						200	5,2	5,6	8,6	104
ИТОГО							7,3	14	26,9	278

* 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 23.08.2023 №555

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

*3 Допускается замена на салат "Цыпленок" ф.б.

*4 Допускается замена на Сосиски отварные ТК №8.3 с6.2020

*5 Допускается замена на Сырники из рикотты Ф.Б., запеканка из рикотты ф.б.

*6 Допускается замена на Гуляш ТК № 8.12 с6.2020+ рис отварной, Мясо тушеное ТК № 8.8 с6.2020 рис отварной ТК №10.3 с6.2020

*7 Допускается замена на Напиток яблочный ф.б., Компот из свежих яблок ТК №12.6с6.2020, напиток лимонный новый ф.б.

*8 Допускается замена Кукурузу консервированную (порциями) ф.б.

*9 Допускается замена на Морскую капусту (порциями) ф.б., Салат "Калейдоскоп" ф.б., Кукурузу консервированную (порциями) ф.б.

*10 Допускается замена на Салат "Заря" ТК №1.67с6.2020

*11 Допускается замена на Тефтели с соусом ТК №8.28 с6.2020

*12 Допускается замена на салат "Горошек" ф.б.

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

*14 Допускается замена на Наггетсы из филе птицы ф.б.

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

50 мг для детей в возрасте 6-10 лет

70 мг 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 23.08.2023 №555)

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.

Меню составлено на основе:

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

Сборника рецептур белорусских блюд 1997г. (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.(Сб.2007)

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 рационов обедов могут
исключаться супы (полностью или в отдельные дни)**

технолог

А.Г.Бондаренко