

Согласовано  
ПГУККиБТиУ

«Утверждаю»  
Директор СОШ №34  
Айгожин Б.К.



**Перспективное меню  
Для детей питающихся  
за счет Фонда Всеобуча  
из числа малообеспеченных семей и детей сирот.  
Для учащихся с 1 по 4 класс  
за счет выделенных средств.**

**Основание: Единые стандарты по рациону питания школьников (методические рекомендации) 2017г.**

Технологические карты на блюда кулинарные изделия. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей. Москва. Делипринт.2011г.



Перспективное меню на 2020г  
для детей питающихся за счет  
**Фонда Всеобуча**

Из числа малообеспеченных семей и детей сирот.  
И питание детей с 1 по 4 класс за счет выделенных средств  
**1 неделя**

Дни	Наименование готовых блюд	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1 день	Суп лапша	200	12.12	13.68	6.52	138
	Биточки мясные	60/30	17.96	4.62	5.62	117
	Гороховое пюре	100	6.53	2.05	7.00	152
	Чай с сахаром	200	26.58	4.30	3.16	42
	Мед	10	3.82	0.05	0.01	15.36
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
2 день	Суп гороховый	200	8.24	5.32	16.96	141.76
	Зразы (яйцо,лук,рис)	60/30	2.93	6.21	9.65	103.55
	Рожки отварные	100	13.68	6.52	12.12	129.34
	Чай с лимоном	200	4.52	3.08	17.66	139.92
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
3 день	Свекольник	200	4.08	4.30	16.98	115.46
	Котлета куриная	60/30	7.58	10.56	35.36	225.28
	Каша гречневая	100	1.81	7.10	6.43	86.21
	Чай фруктовый	200	4.52	3.08	17.66	139.92
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
	Мед	10	3.82	0.05	0.01	15.36
4 день	Щи из свежей капусты	200	2.0	7.60	4.20	76.00
	Тефтели рыбные	60/30	1.85	4.56	7.14	67.82
	Картофельное пюре	100	1.85	4.56	7.14	67.82
	Чай с сахаром	200	26.58	4.30	3.16	42
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
5 день	Уха ростовская	200	15.32	4.00	8.98	149.22
	Шницель мясной	60/30	6.86	3.84	11.34	125.40
	Каша ячневая	100	8.24	5.32	16.96	141.76
	Чай с лимоном	200	4.52	3.08	17.66	139.92
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29



«Утверждаю»  
Директор СОШ №34  
Айгожин Б.К.

Перспективное меню на 2020 г  
для детей питающихся за счет

**Фонда Всеобуча**

Из числа малообеспеченных семей и детей сирот.

И питание детей с 1 по 4 класс за счет выделенных средств

2 неделя

дни	Наименование готовых блюд	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1 день	Суп рисовый с томатом	200	3.36	3.70	17.64	105.62
	Биточки мясные	60/30	4.62	5.62	17.96	107.96
	Рожки отварные	100	13.68	6.52	12.12	129.34
	Чай с сахаром	200	4.30	3.16	26.58	151.28
	Мед	10	0.05	0.01	3.82	15.36
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
2 день	Борщ из свежей капусты	200	7.00	8.80	15.30	160.00
	Тефтели мясные	60/30	6.86	3.84	11.34	125.40
	Каша гречневая	150	6.86	3.84	11.34	125.40
	Чай с лимоном	200	4.52	3.08	17.66	139.92
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
3 день	Суп лапша	200	13.68	6.52	12.12	129.34
	Котлета куринная	60/30	7.58	10.56	35.36	225.28
	Картофельное пюре	100	1.85	4.56	7.14	67.82
	Чай фруктовый	200	6.86	3.84	11.34	125.40
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
	Мед	10	0.05	0.01	3.82	15.36
4 день	Свекольник	200	4.08	4.30	16.98	115.46
	Колбаски мясные с сыром	60/30	2.93	6.21	9.65	103.55
	Каша пшеничная	100	1.50	6.00	13.50	118.0
	Чай с сахаром	200	4.30	3.16	26.58	151.28
	Мед	10	0.05	0.01	3.82	15.36
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
5 день	Щи из свежей капусты	200	2.0	7.60	4.20	76.00
	Плов из курицы	150	1.50	6.00	13.50	118.0
	Чай с лимоном	200	4.52	3.08	17.66	139.92
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29

Перспективное меню на 2020г  
для детей питающихся за счет  
**Фонда Всеобуча**

Из числа малообеспеченных семей и детей сирот.  
И питание детей с 1 по 4 класс за счет выделенных средств  
**3 неделя**

Дни	Наименование готовых блюд	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1 день	Суп лапша	200	12.12	13.68	6.52	138
	Биточки мясные	60/30	17.96	4.62	5.62	117
	Гороховое пюре	100	6.53	2.05	7.00	152
	Чай с сахаром	200	26.58	4.30	3.16	42
	Мед	10	3.82	0.05	0.01	15.36
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
2 день	Суп гороховый	200	8.24	5.32	16.96	141.76
	Зразы (яйцо,лук,рис)	60/30	2.93	6.21	9.65	103.55
	Рожки отварные	100	13.68	6.52	12.12	129.34
	Чай с лимоном	200	4.52	3.08	17.66	139.92
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
3 день	Свекольник	200	4.08	4.30	16.98	115.46
	Котлета куриная	60/30	7.58	10.56	35.36	225.28
	Каша гречневая	100	1.81	7.10	6.43	86.21
	Чай фруктовый	200	4.52	3.08	17.66	139.92
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
	Мед	10	3.82	0.05	0.01	15.36
4 день	Щи из свежей капусты	200	2.0	7.60	4.20	76.00
	Тефтели рыбные	60/30	1.85	4.56	7.14	67.82
	Картофельное пюре	100	1.85	4.56	7.14	67.82
	Чай с сахаром	200	26.58	4.30	3.16	42
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
5 день	Уха ростовская	200	15.32	4.00	8.98	149.22
	Шницель мясной	60/30	6.86	3.84	11.34	125.40
	Каша ячневая	100	8.24	5.32	16.96	141.76
	Чай с лимоном	200	4.52	3.08	17.66	139.92
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29



«Утверждаю»  
Директор СОШ №34  
Айғожин Б.К.

Перспективное меню на 2020 г  
для детей питающихся за счет  
Фонда Всеобуча

Из числа малообеспеченных семей и детей сирот.  
И питание детей с 1 по 4 класс за счет выделенных средств  
4 неделя

дни	Наименование готовых блюд	Выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1 день	Суп рисовый с томатом	200	3.36	3.70	17.64	105.62
	Биточки мясные	60/30	4.62	5.62	17.96	107.96
	Рожки отварные	100	13.68	6.52	12.12	129.34
	Чай с сахаром	200	4.30	3.16	26.58	151.28
	Мед	10	0.05	0.01	3.82	15.36
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
2 день	Борщ из свежей капусты	200	7.00	8.80	15.30	160.00
	Тефтели мясные	60/30	6.86	3.84	11.34	125.40
	Каша гречневая	150	6.86	3.84	11.34	125.40
	Чай с лимоном	200	4.52	3.08	17.66	139.92
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
3 день	Суп лапша	200	13.68	6.52	12.12	129.34
	Котлета куринная	60/30	7.58	10.56	35.36	225.28
	Картофельное пюре	100	1.85	4.56	7.14	67.82
	Чай фруктовый	200	6.86	3.84	11.34	125.40
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
	Мед	10	0.05	0.01	3.82	15.36
4 день	Свекольник	200	4.08	4.30	16.98	115.46
	Колбаски мясные с сыром	60/30	2.93	6.21	9.65	103.55
	Каша пшеничная	100	1.50	6.00	13.50	118.0
	Чай с сахаром	200	4.30	3.16	26.58	151.28
	Мед	10	0.05	0.01	3.82	15.36
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29
5 день	Щи из свежей капусты	200	2.0	7.60	4.20	76.00
	Плов из курицы	150	1.50	6.00	13.50	118.0
	Чай с лимоном	200	4.52	3.08	17.66	139.92
	Хлеб пшеничный(ржаной)	40	17.03	3.03	0.84	88.29