



Согласовано

Директор

*Евлия Н.В.*

«01» 09 2025 г.

Утверждаю

Директор

ООО "Новосергиевка Аква"

Сатучина Н.В.

«01» 09 2025 г.



Меню горячих обедов с 01.09.2025 - 31.05.2026 г.

(Оренбургская область - 2 вариант)

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей

Неделя 1							
Понедельник							
Обед							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Эн. цен	ЦЕНА
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	1,3	4,5	7,6	76,1	7,00
54-4с	Рассольник домашний	200	5,7	7,1	14,5	145,1	16,00
54-27м	Капуста тушенная с мясом птицы	295	20,2	9,9	12,5	219,6	57,30
54-3хн	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3	15,00
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,50
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3	2,30
<b>Итого за Обед</b>		<b>845</b>	<b>34,1</b>	<b>22,6</b>	<b>92,0</b>	<b>707,6</b>	<b>101,10</b>
Вторник							
Обед							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Эн. цен	ЦЕНА
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0,7	8,1	5,7	99,0	9,00
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со см	200	4,7	5,7	10,1	110,4	14,00
54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5	15,00
54-4м	Котлета из говядины	90	11,5	3,7	5,5	101,0	47,00
54-5соус	Соус молочный натуральный	30	1,1	2,2	2,9	35,7	5,00
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6	7,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	2,10
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	2,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>790</b>	<b>26,1</b>	<b>25,2</b>	<b>95,3</b>	<b>712,7</b>	<b>101,10</b>
Среда							
Обед							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Эн. цен	ЦЕНА
54-34з	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,7	4,3	6,2	70,3	8,70
54-7с	Суп картофельный с макаронными и	200	5,2	2,8	18,5	119,6	9,00
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,4	5,3	30,5	187,1	11,00
54-6м	Биточек из говядины	90	15,7	10,2	14,0	210,9	59,30
54-2хн	Компот из кураги	200	1,0	0,1	15,6	66,9	9,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	2,10
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	2,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>760</b>	<b>32,3</b>	<b>23,3</b>	<b>109,6</b>	<b>776,3</b>	<b>101,10</b>

<b>Четверг</b>							
<b>Обед</b>							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Эн. цен	ЦЕНА
54-7з	Салат из белокочанной капусты	65	1,6	6,6	6,8	92,9	6,70
54-8с	Суп гороховый	200	6,7	4,6	16,3	133,1	8,00
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	19,00
54-21м	Курица отварная	90	28,9	2,2	1,0	139,3	56,30
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81,0	7,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	2,10
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	2,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>765</b>	<b>45,1</b>	<b>19,3</b>	<b>88,5</b>	<b>707,2</b>	<b>101,10</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Обед</b>							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Эн. цен	ЦЕНА
54-9з	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,9	0,1	5,2	25,2	9,00
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2	13,00
54-1г	Макароны отварные	150	6,2	5,7	38,3	229,6	11,60
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	90	13,0	13,2	7,3	199,7	56,40
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6	7,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	2,10
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	2,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>760</b>	<b>29,3</b>	<b>25,3</b>	<b>91,2</b>	<b>709,8</b>	<b>101,10</b>
<b>Неделя 2</b>							
<b>Понедельник</b>							
<b>Обед</b>							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Эн. цен	ЦЕНА
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,0	6,1	5,8	81,5	9,00
54-3с	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5	16,00
54-12м	Плов с курицей	200	27,2	8,1	33,2	314,6	63,00
54-2хн	Компот из кураги	200	1,0	0,1	15,6	66,9	9,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	2,10
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	2,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>720</b>	<b>38,3</b>	<b>20,7</b>	<b>93,0</b>	<b>710,0</b>	<b>101,10</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Обед</b>							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Эн. цен	ЦЕНА
54-34з	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,7	4,3	6,2	70,3	8,70
54-10с	Свекольник (со сметаной)	200	5,1	5,8	10,8	115,6	13,00
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	17,00
54-14р	Котлета рыбная любительская (минт	90	11,5	3,7	5,5	101,0	44,90
54-5соус	Соус молочный натуральный	30	1,4	3,0	3,8	47,7	5,00
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81,0	7,00
Пром.	Хлеб пшеничный	50	2,3	0,2	14,8	70,3	3,50
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	2,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>810</b>	<b>29,0</b>	<b>22,9</b>	<b>97,4</b>	<b>710,8</b>	<b>101,10</b>

<b>Среда</b>							
<b>Обед</b>							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Эн. цен	ЦЕНА
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	2,5	10,1	10,4	143,0	8,00
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	5,9	7,1	12,7	138,0	14,00
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	21,0	10,3	13,0	228,7	11,70
54-6м	Биточек из говядины	90					55,30
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6	7,00
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,5	13,4	68,3	2,80
Пром.	Хлеб ржаной	40	3,0	0,3	19,7	93,8	2,30
<b>Итого за Обед</b>		<b>780</b>	<b>35,2</b>	<b>28,4</b>	<b>79,1</b>	<b>713,4</b>	<b>101,10</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Обед</b>							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Эн. цен	ЦЕНА
54-13з	Салат из свеклы отварной	70	0,8	2,7	4,6	45,7	6,00
54-9с	Суп фасолевый	200	6,8	4,6	14,4	125,9	12,00
54-11г	Картофельное пюре	220	3,9	6,7	25,1	176,5	28,70
54-29м	Фрикадельки из говядины	90	15,1	14,3	6,0	212,8	45,30
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	5,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	2,10
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	2,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>840</b>	<b>31,1</b>	<b>29,0</b>	<b>81,5</b>	<b>710,3</b>	<b>101,10</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Обед</b>							
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевод	Эн. цен	ЦЕНА
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0,5	6,1	4,3	74,3	6,70
54-20с	Суп с рыбными консервами (сайра)	200	8,4	2,6	14,6	115,4	16,00
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	9,50
54-23м	Биточек из курицы	90	17,2	3,9	12,0	151,8	58,47
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	19,8	80,8	7,00
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,43
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	2,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>750</b>	<b>35,3</b>	<b>18,1</b>	<b>103,3</b>	<b>717,2</b>	<b>101,10</b>

1011,00

101,10