

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ № 1»
_____ О.А. Киреева
Приказ №328 от «14» июня 2024г.

ЦИКЛИЧНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
для организации питания детей в возрасте от 1 до 3 лет и 3 до 7 лет
МБОУ «СОШ № 1» корпус 2 города Бийска

Бийск 2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли-сад	Пищевые вещества ясли-сад			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Суп молочный с крупой	150-200	4,2-5,97	3,9-5,48	12,2-17,08	102-142,4	№ 101
	Бутерброд с маслом	20/5-20/5	0,8-0,8	3,7-3,7	5,0-5,0	56-56	№ 71
	Кофейный напиток с молоком	150-180	2,38-2,85	2,01-2,41	11,97-14,36	75,83-91	№ 414
Итого за завтрак		325-405	7,38-9,62	9,61-11,59	29,17-36,44	233,83-289,4	
2 Завтрак	Сок фруктовый	100-100	0,75-0,75	0,15-0,15	15,15-15,15	64,5-64,5	№ 501
Обед	Суп из овощей	180-200	1,3-1,6	3,01-3,62	4,21-5,06	49,3-59,2	№ 116
	Гуляш из отварной говядины	50-80	10-16	9,75-15,6	1,65-2,64	129-206,4	№ 327
	Макаронные изделия отварные	120-150	4,44-5,55	3,96-4,95	23,64-29,55	147,6-184,5	№ 256
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180-200	-	-	13,5-15	54-60	№ 484
	Хлеб ржано-пшеничный	40-50	2,04-2,55	0,4-0,49	12-14,92	59,4-74,25	№ 575
Итого за обед		570-680	17,78-24,59	17,12-24,66	55-67,17	439,3-584,35	
Полдник	Запеканка из творога с морковью	130-150	13,07-15,08	11,7-13,5	26,78-30,91	304,2-351	№ 252
	Соус молочный сладкий	30-30	0,58-0,58	0,02-0,02	4,0-4,0	40,36-40,36	№ 369
	Чай с сахаром	150-180	0,05-0,06	0,017-0,02	8,66-9,99	34,67-40	№ 411
Итого за полдник		310-360	13,7-15,72	11,737-13,54	39,44-44,9	379,23-431,36	
Итого за день			39,61-50,68	38,617-49,94	138,76-163,66	1116,86-1369,61	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли-сад	Пищевые вещества ясли-сад			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	150-200	4,5-6,06	4,8-6,4	22,8-30,47	152,9-204,3	№ 230
	Бутерброд с джемом	20/15-20/15	1,6-1,6	3,8-3,8	20,2-20,2	121-121	№ 73
	Какао с молоком	150-180	3,06-3,67	2,66-3,19	13,18-15,82	89,17-107	№ 416
Итого за завтрак		335-415	9,16-11,33	11,26-13,39	56,18-66,49	363,07-432,3	
2 Завтрак	Кисломолочный продукт	130-150	3,8-4,38	3,21-3,7	5,2-6,0	65,6-75,7	№ 470
Обед	Суп с макаронными изделиями и картофелем	180-200	1,93-2,32	2,76-3,32	8,13-9,76	65,16-78,2	№ 129
	Суфле куриное с рисом	55-75	8,93-11,97	7,83-10,48	2,52-3,39	116-156	№ 328
	Салат из свеклы	40-60	0,57-0,89	2,44-3,81	3,34-5,22	37,56-58,68	№ 34
	Компот из смеси сухофруктов	180-200	0,54-0,6	0,09-0,1	18,09-20,1	75,6-84	№ 495
	Хлеб пшеничный	40-50	3,04-3,8	0,16-0,4	19,68-24,6	93,6-117	№ 573
Итого за обед		495-585	15,01-19,58	13,28-18,11	51,76-63,07	387,92-409,88	
Полдник	Булочка школьная	60-60	5,01-5,01	1,92-1,92	33,57-33,57	172-172	№ 455
	Молоко кипяченое	150-180	4,56-5,48	4,07-4,88	7,55-9,07	85-102	№ 419
	Вафля	12-20	0,47-0,78	3,67-6,12	7,5-12,5	64,92-108,2	№ 580
Итого за полдник		222-260	10,04-11,27	9,66-12,92	48,62-55,14	320,92-382,2	
Итого за день			38,01-46,56	37,41-48,12	161,76-190,7	1137,51-1300,08	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли-сад	Пищевые вещества ясли-сад			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 3							
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150-200	3,77-5,03	4,77-6,36	23,6-31,39	152,2-202,92	№ 236
	Бутерброд с маслом	20/5-20/5	0,8-0,8	3,7-3,7	5,0-5,0	56-56	№ 71
	Кофейный напиток с молоком	150-180	2,38-2,85	2,01-2,41	11,97-14,36	75,83-91	№ 414
Итого за завтрак		325-405	6,95-8,68	10,48-12,47	40,57-50,75	284,03-349,92	
2 Завтрак	Фрукты свежие	95-100	0,38-0,4	0,38-0,4	9,31-9,8	41,8-44	№ 82
Обед	Суп картофельный с крупой	180-200	1,78-2,14	1,86-2,24	11,42-13,71	69,67-83,6	№ 86
	Печень говяжья по-строгановски	70-80	13,65-15,6	6,58-7,52	5,32-6,08	154,4-182	№ 356
	Пюре картофельное	120-150	2,55-2,92	4,0-4,57	17,03-19,5	114,3-130,7	№ 339
	Салат из репчатого лука	40-60	0,53-0,83	2,48-3,87	3,12-4,87	36,84-57,56	№ 11
	Компот из смеси сухофруктов	180-200	0,54-0,6	0,09-0,1	18,09-20,1	75,6-84	№ 495
	Хлеб пшеничный	40-50	3,04-3,8	0,16-0,4	19,68-24,6	93,6-117	№ 573
Итого за обед		630-740	22,09-25,89	15,17-18,7	74,66-88,86	546,41-654,86	
Полдник	Коржик молочный	75-75	4,89-4,89	8,43-8,43	46,8-46,8	281-281	№ 492
	Чай с молоком	150-180	2,23-2,67	1,95-2,34	11,93-14,31	74,17-89	№ 413
	Конфета шоколадная	18-18	2,1-2,1	4,4-4,4	10,5-10,5	89-89	
Итого за полдник		243-273	9,22-9,66	14,78-15,17	69,23-71,61	444,17-459	
Итого за день			38,64-44,63	40,81-46,74	193,77-221,02	1316,41-1507,78	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли-сад	Пищевые вещества ясли-сад			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	Каша ячневая вязкая	130-180	5,29-6,3	4,86-5,8	24,23-29	161,85-194,2	№ 227
	Какао с молоком	150-180	3,06-3,67	2,66-3,19	13,18-15,82	89,17-107	№ 416
	Бутерброд с сыром	30/11/5-30/11/5	3,6-3,6	6,5-6,5	5-5	93-93	№ 65
Итого за завтрак		326-406	11,95-13,57	14,02-15,49	42,41-49,82	344,02-394,2	
2 Завтрак	Сок фруктовый	100-100	0,75-0,75	0,15-0,15	15,15-15,15	64,5-64,5	№ 501
Обед	Свекольник	180-200	1,55-1,86	3,15-3,78	6,88-8,26	62,16-74,6	№ 98
	Котлеты из говядины	60-80	10,56-14,08	7,38-9,84	9-12	145,8-194,4	№ 339
	Каша гречневая рассыпчатая	130-150	7,37-8,42	5,5-6,3	32,67-37,34	209,8-239,8	№ 202
	Соус томатный	30-40	0,35-0,46	1,27-1,68	2,43-3,21	22,58-29,8	№ 366
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180-200	-	-	13,5-15	54-60	№ 484
	Хлеб пшеничный	40-50	3,04-3,8	0,16-0,4	19,68-24,6	93,6-117	№ 573
Итого за обед		620-720	22,87-28,62	17,46-22	84,16-100,41	587,94-715,6	
Полдник	Пирожок печеный из сдобного теста	60-80	3,2-4,27	2,7-3,6	17,9-23,86	109-145	№ 535
	Чай с сахаром	150-180	0,05-0,06	0,017-0,02	8,66-9,99	34,67-40	№ 411
	Печенье	15-15	2,18-2,18	4,22-4,22	17,03-17,03	130,53-130,53	
Итого за полдник		225-275	5,43-6,51	6,937-7,84	43,59-50,88	274,2-315,53	
Итого за день			41-49,45	38,567-45,48	185,31-216,26	1270,66-1489,83	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли-сад	Пищевые вещества ясли-сад			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 5							
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	150-200	5,4-7,2	4,8-7,2	26,1-34,8	171,6-233,7	№ 235
	Кофейный напиток с молоком	150-180	2,38-2,85	2,01-2,41	11,97-14,36	75,83-91	№ 414
	Бутерброд с маслом	20/5-20/5	0,8-0,8	3,7-3,7	5,0-5,0	56-56	№ 71
Итого за завтрак		325-425	8,58-10,85	10,51-13,31	43,07-54,16	303,43-380,7	
2 Завтрак	Сок фруктовый	100-100	0,75-0,75	0,15-0,15	15,15-15,15	64,5-64,5	№ 501
Обед	Рассольник ленинградский	180-200	1,89-2,1	3,67-4,08	9,54-10,6	78,84-87,6	№ 100
	Рыба, тушеная в томате с овощами	80-100	7,82-9,78	1,31-1,64	3,82-4,78	58,86-73,57	№ 299
	Рис отварной	130-150	3-3,4	4,5-5,1	30,6-35	175-200	№ 332
	Компот из смеси сухофруктов	180-200	0,54-0,6	0,09-0,1	18,09-20,1	75,6-84	№ 495
	Хлеб пшеничный	40-50	3,04-3,8	0,16-0,4	19,68-24,6	93,6-117	№ 573
Итого за обед		610-700	16,29-19,68	9,73-11,32	81,73-95,08	481,19-562,17	
Полдник	Крендель сахарный	50-50	3,54-3,54	6,57-6,57	27,87-27,87	185-185	№ 443
	Отварное яйцо	40-40	5,1-5,1	4,6-4,6	0,3-0,3	63-63	№ 267
	Чай с лимоном	150-180	0,1-0,12	0,016-0,02	8,5-10,20	34,16-41	№ 412
Итого за полдник		240-270	8,74-8,76	11,186-11,19	36,67-38,37	282,16-289	
Итого за день			34,36-40,04	31,576-36,17	176,62-202,76	1131,28-1296,37	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли-сад	Пищевые вещества ясли-сад			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 1							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150-200	4,11-5,76	4,62-6,48	14,07-19,7	114,4-160,2	№ 139
	Кофейный напиток с молоком	150-180	2,38-2,85	2,01-2,41	11,97-14,36	75,83-91	№ 414
	Бутерброд с маслом	20/5-20/5	0,8-0,8	3,7-3,7	5,0-5,0	56-56	№ 71
Итого за завтрак		325-405	7,29-9,41	10,33-12,59	31,04-39,06	246,03-307,2	
2 Завтрак	Сок фруктовый	100-100	0,75-0,75	0,15-0,15	15,15-15,15	64,5-64,5	№ 501
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	180-200	1,08-1,2	3,2-3,6	2,7-3,04	44,4-49,4	№ 104
	Жаркое домашнему	180-200	16,2-18,8	12,87-14,3	23,22-25,8	276,3-307	№ 328
	Салат из соленых огурцов с луком	30-50	0,26-0,43	1,5-2,55	0,79-1,3	18-30	№ 20
	Компот из смеси сухофруктов	180-200	0,54-0,6	0,09-0,1	18,09-20,1	75,6-84	№ 495
	Хлеб ржано-пшеничный	40-50	2,04-2,55	0,4-0,49	12-14,92	59,4-74,25	№ 575
Итого за обед		610-700	20,12-23,58	18,06-21,04	56,8-65,16	473,7-544,65	
Полдник	Манник	100-130	5,53-7,2	5,15-6,7	31,07-40,4	193-251	№ 550
	Чай с молоком	150-180	2,23-2,67	1,95-2,34	11,93-14,31	74,17-89	№ 413
	Конфета шоколадная	18-18	2,1-2,1	4,4-4,4	10,5-10,5	89-89	
Итого за полдник		268-328	9,86-11,97	11,5-13,44	53,5-65,21	356,17-429	
Итого за день			37,27-45,71	40,04-47,22	156,49-184,58	1140,4-1345,35	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли-сад	Пищевые вещества ясли-сад			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 2							
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150-200	5,4-7,2	4,8-6,4	26,4-35,1	171,6-228,8	№ 232
	Какао с молоком	150-180	3,06-3,67	2,66-3,19	13,18-15,82	89,17-107	№ 416
	Бутерброд с сыром	30/11/5-30/11/5	3,6-3,6	6,5-6,5	5,0-5,0	93-93	№ 65
Итого за завтрак		346-426	12,06-14,47	13,96-16,09	44,58-55,92	353,77-428,8	
2 Завтрак	Кисломолочный продукт	130-150	3,8-4,38	3,21-3,7	5,2-6,0	65,6-75,7	№ 470
Обед	Суп гороховый	180-200	4,93-5,92	2,18-2,62	10,5-12,62	81,5-97,8	№ 127
	Плов из отварной птицы	120-150	9,22-12,3	6,15-8,2	18,6-24,8	167,3-223	№ 375
	Салат из свеклы с огурцами солеными	40-50	0,58-0,72	2,4-3,05	2,67-3,34	35-43,7	№ 37
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180-200	-	-	13,5-15	54-60	№ 484
	Хлеб пшеничный	40-50	3,04-3,8	0,16-0,4	19,68-24,6	93,6-117	№ 573
Итого за обед		560-650	17,77-22,74	10,89-14,27	64,95-80,36	431,4-541,51	
полдник	Сырники из творога	50-100	9,35-18,69	6,34-12,67	5,7-11,40	117-234	№ 245
	Шоколадный сироп	30-30	0,8-0,8	0,5-0,5	14,9-14,9	67,3-67,2	№ 445
	Чай с сахаром	150-180	0,05-0,06	0,017-0,02	8,66-9,99	34,67-40	№ 411
Итого за полдник		230-310	10,2-19,55	6,857-13,19	29,26-36,29	218,97-341,2	
Итого за день			43,83-61,14	34,917-47,25	143,99-178,57	1069,74-1387,21	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли-сад	Пищевые вещества ясли-сад			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2							
День 3							
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев Геркулес жидкая	150-200	5,2-6,9	6,2-8,2	21,3-28,4	162,1-216,19	№ 234
	Кофейный напиток с молоком	150-180	2,38-2,85	2,01-2,41	11,97-14,36	75,83-91	№ 414
	Бутерброд с маслом	20/5-20/5	0,8-0,8	3,7-3,7	5,0-5,0	56-56	№ 71
Итого за завтрак		325-405	8,38-10,55	11,91-14,31	38,27-47,76	293,93-363,19	
2 Завтрак	Фрукты свежие	95-100	0,38-0,4	0,38-0,4	9,31-9,8	41,8-44	№ 82
Обед	Суп из овощей с фасолью	180-200	2,66-3,2	3,28-3,94	6,15-7,38	64,8-77,8	№ 117
	Запеканка из печени с рисом	120-150	20,8-26	6,4-8	16,8-21	208-260	№ 355
	Салат из кукурузы(консервированной)	40-50	1,15-1,44	2,47-3,09	3,22-4,02	39,7-49,65	№ 12
	Компот из смеси сухофруктов	180-200	0,54-0,6	0,09-0,1	18,09-20,1	75,6-84	№ 495
	Хлеб пшеничный	40-50	3,04-3,8	0,16-0,4	19,68-24,6	93,6-117	№ 573
Итого за обед		560-650	28,19-35,04	12,4-15,53	63,94-77,1	481,7-588,45	
Полдник	Сдоба обыкновенная	50-50	4,0-4,0	1,4-1,4	23,9-23,9	124-124	№ 545
	Молоко кипяченое	150-180	4,56-5,48	4,07-4,88	7,55-9,07	85-102	№ 419
	Печенье	15-15	2,18-2,18	4,22-4,22	17,03-17,03	130,53-130,53	
Итого за полдник		215-245	10,74-11,66	9,69-10,5	48,48-50,0	339,53-356,56	
Итого за день			47,69-57,65	34,38-40,74	160-184,66	1156,96-1352,2	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда(гр) ясли-сад	Пищевые вещества ясли-сад			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 4							
Завтрак	Каша «Дружба» молочная	150-200	4,2-5,07	4,8-6,43	20,1-26,92	139,4-185,95	№ 229
	Какао с молоком	150-180	3,06-3,67	2,66-3,19	13,18-15,82	89,17-107	№ 416
	Бутерброд с сыром	30/11/5-30/11/5	3,6-3,6	6,5-6,5	5,0-5,0	93-93	№ 65
Итого за завтрак		346-426	10,86-12,34	13,96-16,12	38,28-47,74	321,57-385,95	
2 Завтрак	Сок фруктовый	100-100	0,75-0,75	0,15-0,15	15,15-15,15	64,5-64,5	№ 501
Обед	Суп картофельный с клецками	180-200	1,76-2,1	2,33-2,8	6,3-7,56	53,3-64	№ 115
	Тефтели мясные	60-80	11,18-14,9	12,53-16,7	14,63-19,5	216-288	№ 304
	Капуста тушеная	100-150	1,98-3,13	3,71-5,56	9,49-14,38	79-120	№ 143
	Компот из смеси сухофруктов	180-200	0,54-0,6	0,09-0,1	18,09-20,1	75,6-84	№ 495
	Хлеб пшеничный	40-50	3,04-3,8	0,16-0,4	19,68-24,6	93,6-117	№ 573
Итого за обед		560-680	18,5-24,53	18,82-25,56	68,19-86,14	517,5-673	
Полдник	Ватрушка с повидлом	60-60	3,5-3,5	1,4-1,4	34,8-34,8	166-166	№ 530
	Чай с молоком	150-180	2,23-2,67	1,95-2,34	11,93-14,31	74,17-89	№ 413
Итого за полдник		210-240	5,73-6,17	3,35-3,74	46,73-49,11	240,17-255	
Итого за день			35,84-43,79	36,28-45,57	168,35-198,14	1143,74-1378,45	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли-сад	Пищевые вещества ясли-сад			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 5							
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150-200	3,77-5,03	4,77-6,36	23,6-31,39	152,2-202,92	№ 236
	Кофейный напиток с молоком	150-180	2,38-2,85	2,01-2,41	11,97-14,36	75,83-91	№ 414
	Бутерброд с маслом	20/5-20/5	0,8-0,8	3,7-3,7	5,0-5,0	56-56	№ 71
Итого за завтрак		325-405	6,95-8,68	10,48-12,47	40,57-50,75	284,03-349,92	
2 Завтрак	Сок фруктовый	100-100	0,75-0,75	0,15-0,15	15,15-15,15	64,5-64,5	№ 501
Обед	Борщ с капустой и картофелем	180-200	1,2-1,45	3,27-3,93	8,5-10,2	68,3-82	№ 63
	Рыба припущенная	75-75	13-13	0,5-0,5	0,8-0,8	60-60	№ 296
	Соус молочный	50-60	1,33-1,57	4,61-5,42	4,94-5,81	66,6-78,3	№ 370
	Макаронные изделия отварные	120-150	4,44-5,55	3,96-4,95	23,64-29,55	147,6-184,5	№ 256
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180-200	-	-	13,5-15	54-60	№ 484
	Хлеб пшеничный	40-50	3,04-3,8	0,16-0,4	19,68-24,6	93,6-117	№ 573
Итого за обед		645-735	23,01-25,37	12,5-15,2	71,06-85,96	490,1-581,8	
Полдник	Пирожки песочные с яблоками	70-70	4,96-4,96	8,14-8,14	36,24-36,24	238-238	№ 447
	Чай с сахаром	150-180	0,05-0,06	0,017-0,02	8,66-9,99	34,67-40	№ 411
	Вафля	20-20	0,78-0,78	6,12-6,12	12,5-12,5	108,2-108,2	№ 580
Итого за полдник		240-270	5,79-5,8	14,277-14,28	57,4-58,73	380,87-386,2	
Итого за день			36,5-40,6	37,407-42,1	184,18-210,59	1219,77-1382,42	