УТВЕРЖДАЮ: Директор МАУ «Школьное питание»

(Ф.И.О.) « » 2023 г.

А.Ю. Панькова «29» авруста 2023 г.

Примерное
20-дневное меню обедов
для обучающихся 1-4-х классов
Возрастная группа: с 7-11 лет
Сезон: осенний
Вариант № 2

Разработано:

Главный технолог
МАУ «Школьное питание»
С.Ю. Хохлова

Разработано по заказу министерства образования и науки Кузбасса Август 2023г.

ПРИМЕРНОЕ 20-ДНЕВНОЕ МЕНЮ Сентябрь — октябрь 2022т без салятов



эгитэтдэнс\кваэшиП атэоннэц в	.дл, дохіаЯ	и недельник понедельник	Б/Ж/У/ еская ценпость еская ценпость	Выхол, гр.	инеделя понедельник
Б/Ж/У/ (пвяя).нэп.нЕ			(пяяя).нэп.н€	0.01	DARTER RECOGNITIONS & COMMON
71/7*\$1/9*0/9*0	100	Фрукты в ассортименте (виноград)	61/9,6/5,0/8,0	001	румты в ассортименте (слива)
9,521/6/3,7/8,4	700	Оуп куриный с верхинцелью	t/, 601/21, 7/82, 8/6, 6	500	йонвтэмэ н моэкм э и) WHM моэкм э визнуд и дов
96,042/68,5/20,71/51,81	06	швиу 1	71,03,28,43,37,494,25	30/50 520	лев из булгура с иясом ИЕW
\$4,081\22,25\20,4\6,6	051	Рис отварной с маслом	97,187,2171,002,172	700	омпот на сухофруктов
727/35/44,7/22,0/41,1 1,14/02,21/12,06,26	07/08	йоньжа/йынчинэшп дэдХ	011//7/01/10	0.5-	
79/9#°\$1/0/97°0	007	Компот из смеси фруктов и ягод			MINGOLIA 1
		ВДОЬНИК			келькіз консерьнюе
9,42/95,4,21,0/88,1	09	Горошек консервированный	8,04/28,8/42,025,1	700 09	явинваодивдээнэл всудуху эмидлад) йолуду э йындыд пу
8'48/2'1/4'5/8'1	700	ПДи ветстарианские со сметаной	8,741/3,51/3,8/2		стальоны куриные с томатичи псервы)
\$1,851\£,5\7.7\70,7\10,11 =	06 06	до сливочным соусом/ Печень запеканка из печени со	16,69/13,86/10,69/234,9	06 901	свальоны куриные с томатным усом и зеленью/ Чахохбили
59,522/2,01/20,1/22,2	051	По-строты отварные с маслом Макароны отварные с маслом	1,671/26,22/8,7/6,6	05 l 05 l	ртофельное пюрь с маслом / п моговы э йонавиом и
	0t/5t	йоньжү/йынгинэшп дэг.Х	7,113/0,21/12,20/72/	30/50	оганаг Йонгжүүлланчинэшп дэг
\801\68,91\15,0\61,E \2,97\80,81\84,0\45,2 \2,92\05\01,84,0\45,2	700	Кисель витаминизированный	92,86/44,722,0/41,1	500	доля и вотичен фруктов и ягод
9'08/07/0/0	007	йникотк – онодоцп			CPELLA
		СРЕДА	t,8/a2,1/a0,0/8t,0	09	уда то
0,66/0,12/2,28/14,4	09	Помидоры порционные	5,88/8,82/9,6/142,2	700	екольник с мясом и сметаной
71,8/4,03/19,1/28,4/1/279,17 71,8/4,11/8/4	.06 .00	Уха с рыбой Курица запеченная с соусом и	13,94/16,18/5,21/224,21	06	пе птицы в кисло-сладком
	0\$1	зеленью ИЕW	59,522/2,04/20,4/24,8	051	въстти отварные с маслом мес ИЕW
E,012/6,65/1,2/2,7		маслом Маслом Хлеб пшеничный/ржаной	7713,0,21,13,26/72/	30/50	бо пшеничный/ржаной
97'98'71'0'17'8'8'8'8	07/07		1,14/0,22/7,44/36,26		
9*96/2*†7/0/0	700	Сок фруктовый	8,44,11/0/2,0	500	rIELBEbL
. 5/72 1/75 0/87 0	UV	OLADINI HODINOHINE HELBELL	69/56,81/0/8,0	051	(омогов) этнэмитоээс в гатиу
1+1/8,E1/6,2\Q	700	Огурцы пораковый с мясом	2,15/2,28/13,12/81,67	01/007	и из овоптей с гренками
\$9,824,48,428,88,02 49,824,48,428,64	540	жоози з зоядвЖ	57,222/19,8/40,41/12,21	06 06	, винденен (говядина, \((др. 17) гр.
772/97, 51/17, 0, 51, 7	30/20	йонвжү/йылгинныш дэкХ	8,012/6,E5/1,240,98 6,012/6,E5/1,2/2,7	051	ияш (говядина) па гречневая рассыпчатая с
011/L7/0/\$*0 97'92'\$t\177'0/\$1'1	500	Компот из сухофруктов	81/8'8/1'0/1'1	50/50	ар шпенилиру/ржяной 200м
			92,85/44,722,0/41,1	500	йнаютэтуфф з
to the Carter by the Carter State of the World		AJINHTRII	Pr F Clar car layounts		AUNHTRII
69/\$6*91/0/9*0	051	Фрукты в ассортименте (яблоко)	76,781,8/62,4/2,1	09	наомфом ен пъннф
t0.881\tr.8\87,8\47.2	500	йонатемэ и коэвм э шqoд	9,211/8,01/4,2/8	700	моэки э йыныхэфотдви
12,881\78,8\87,8\13,11 48,842\12,8\87,8\7,8\11,91	06 06 .	рыба запеченная под сырно- Запеканка из рыбы ИЕW/	12,56/62,4/88,2/24,51	06	німанная с овошами
71,981/46,81/38,01/21,4	05/001	Оложный гарнир №1	54,881/22,25/20,4/5,5	120	отварной с маслом
\$8,821/1,41/6,0/4,2	120	(картофельное пюре, фасоль, морковь, лук) /Рагу овощное с маслом			
/801/68'61/15'0/61'5	72/57	йоняжү/йынгинэшп дэг.Х	7,91/98,91/84,0/48,5 1901/98,91/84,0/48,5	01/51	йоньжq\йынчинэшп д
1,42/0,27/9,3/45,32	500	Най с сахаром	8,87/2,91/0/0	500	нток плодово – яголиый

ПРИМЕРНОЕ 20-ДИЕВНОЕ МЕНЮ Сентябрь — октябрь 2022г Без евлятов



	00=	8,44/11/0/2,0	Чай с сахаром	700	8'44'11/0/7'0
ій с сахаром	500	9 65,42/31,11/55,0/17,1	2 2 2 3 11		2,64/80,81/84,0/49,2
йоньжq\йынгинэшп дэг	06/51	/801/68,61/15,0/61,5	Хлеб пиценичный/ржаной	01/51	/801/68*61/1£*0/61*£
, t.			Рагу овощное с маслом	120	C0'071/1'51/c'0/5'7
			Noprobe, 11yr)/		2,4/6,9/14,1/128,85
			Сложный гариир №1 (картофельное пюре, фасоль,	05/001	71'681/19'81/98'01/51'1
тртофель запеченный	051	3,15/4,5/17,55/122,85	Спожиній гарина Мод	03/001	
		6,601/6,1/2,11/62,02	Бефетроганов	06	957/65, 5/42, 81/94, 81
печенное с помидорами	06	70°75/11°5/11°3/186°6 10°20/14°35/11°3/186°6	\ кваниэл квизим вевq£	06	/87,872/2,77,91/7,81
наинти этиф/финт ен зэрот	06	. 20 07272 11/22 11/93 91	помидорами и перцем ИЕW		
и гороховый с мясом	. 002	t0,881/47,8/87,8/47,8	Суп куриный с булгуром,	500	15,211/80,7/1E,7/30,4
and grid door in					t,11/29,1/8£,0/72,0
паомдом си кенидей	09	76,781,8/61,4/2,1	Ассорти из свежих овощей	09	
AUIIHTRII			AUIHTRII	700	011/27/0/4,0
вяннаопни ен фаят	500	2,101/3,42/0/8,0	Компот на сухофруктов	000	1,14/0,22/7,44/36,26
		92,36/44,7/22,0/41,1	Конвжү/йынчинэшп дэпХ	50/50	84/8,8/41,0/4,1
йоньжq\йынгинэшп дэг	30/50	7,13,0,21,13,26/72/	х аеб пиенина/оттор	00,00	
		CH'081 (CT'TC'/CC'hyr's	Макароны отварные с	051	6,45/4,05/40,2723,65
ис отварной с маслом	120	5,4,421,12,68,4171,198,05	Мясо тушеное	06	17,99/16,59/2,87/232,87
лини по-венсерски ИЕМ	06	20 00 1/E1 1/89 E1/EF F1			
элениями ИЕМ	700	85,521/74,41/68,4/12,2	Суп на тыквы с гренками	700/10	7,32/2,28/13,15/82
уп картофельный с макаронными	001	61/9'6/8'0/8'0	Помидоры поршионные	09	t,t1\82,2\21,0\a00,0
	001	0115 010 070 0	HETBEPF		Margaret Co.
ок фруктовый Ок фруктовый	700	84/9,61/0/0	Сок фруктовый	700	76/8'77/0/0
у примедовину	1000	1,98/00,54/18,09/89,1			97,95/44,722,0/41,1
поньжд/йынгинэшп дэг.	St/05	5,711/6,42/4;0/8,5	Хлеб пшеничный/ржаной	30/50	72,13/0,21/13,26/72/
- 72			ивслои и зеленио		Cat I C I interpretation
сленио			э йонцвато люфотцвЯ	120	3,3,3,9,25,6/151,35
и моговм о йондвато апофотда	051	3,3/7,8/22,35/173,1	Machon /	oct	1,871/26,22/8,7/6,6
артофельное тюре с маслом /	051	3,3/3,9/25,6/151,35	Картофельное пюре с	120	1 621/36 66/8 2/6 8
слены		711071.001.001	Milloyova	06	50,25/15,51/2,34/230,13
ыба под соусом сливочным с	06	21,851/80,5/85,8/69,81	дахохонин красным солсом /	. 00	
ливочном соусе NEW/		F6,101/61,016,016,017.1	фыкалельки куриные с	06	12,821/81,8/48,8/50,51
рыкалельки рыбиые с рисом в	06	48,131/97,9/5,8/40,21	йонятэмэ и моэкм э шqод	500	10,851/47,8/87,8/47,6
йонятэмэ и моэки э иД	500	12 001/C1 2/8C 9/0 9	(винограл)		
Smunourdon adex	. 09	0'99\0'15\5'58\14'4	Фрукты в ассортименте	001	74/4,81/3,0/8,0
домилоры порционные СРЕДА	250	THE CEL GIVE	CPEJIA		
момпот из смеси фруктов и ягод	700	79/94,21/0/82,0			
The state of the s	000	1,14/0,22/7,44/36,26	ROTR		70/01/31/0/07/0
Слеб пшеничный/ржаной	50/50	84/8,8/41,0/4,1	Компот из смеси фруктов и	500	79/9†`\$1/0/97'0
7				01.151	7,67/80,61/84,0/46,2
Спагетти отварные с маслом	120	59,522/2,04/50,4/24,6	йоньжүүйынчинэшп дэг.Х г	45/40	/801/68,61/15,0/61,5
папеченная с сыром	\$6	85,542/72,0,45,01/34,58	MODELLA SOLUTION	0.57	68,704/63,61/23,62/407,89
папкой ИЕМ / Курица		dt. 15-11-11-11-11-11-11-11-11-11-11-11-11-1	могаям э энирвито инэмлета! 1 моэки э эотид\ оганэпэе и	0†7 2/051	12,68/18,4/23,26/311,03
21/ /11/114 %	06	20,17/20,31/2,09/274,0	фасолью и овощами	LIUST	3 110/30 22/1 01/03 21
запсканка куриная пол сырной	205	F0,851/F1,8/8/19/F1,6	Суп томатный с курнцей,	500	75,811/64,8/24,6/70,2
звисквика куриная под сырной	700	\$0,881\47,8\87,8\47,8	Огурцы поринонные	09	4,8/82,1/80,0/84,0
рори с имсом и систаной рори с имсом и систаной	120	69/56*91/0/9*0	ВТОРНИК		
ррукты в ассортименте (яблоко) Борщ с мясом и сметаной Запеканка куриная под сырной					
рори с имсом и систаной рори с имсом и систаной			йыннанодигиниматиа элгияотя		
робит с выбор в в в в в в в в в в в в в в в в в в в	007	011//7/0/t ⁴ 0	йынняводиенниматиа	700	9'18/8'61/0/0
ррукты в ассортименте (яблоко) Борщ с мясом и сметаной Запеканка куриная под сырной	700	011//Z/0/f [°] 0	Напиток плодово – ятодивій Панняводисиниматив	700	1,42/0,27/9,3/45,32
узпеквика куриная под сырной рарукты в ссортименте (яблюко) ВТОРНИК ВТОРНИК		92,35/44,722,0/41,1	йынняводиенниматиа	007 \$7/08	
улес ишеничный/ржаной рории с мясом и систаной руукты в десортименте (яблоко) ВТОРНИК ВТОР	007 07/07		копожу 2 Тонежеринати учет должения учет должения долже	30/52	751/97,51/12,0/51,5
узеском Хлеб пшеничный/ржаной Борщ с мясом и сметаной ВТОРНИЕ		92,35/44,722,0/41,1	Каша перловая рассыпчатая с маслом Хооб пиненичный/ржаной Напиток плодово в чтодный пытырованый		1,42/0,27/9,3/45,32
улес ишеничный/ржаной рории с мясом и систаной руукты в десортименте (яблоко) ВТОРНИК ВТОР	07/07	97'98'/bt''0/b' 8t/8'8/b1'0/b'	сметана) Каша перловая рассыпчатая с маслом Хлеб пшеничный/ржаной Напиток плодово – ягодный витаминизированный	30/52	75,784,8,21/12,0/21,5
узеском Хлеб пшеничный/ржаной Борщ с мясом и сметаной ВТОРНИЕ	07/07	97'98'/bt''0/b' 8t/8'8/b1'0/b'	лорковь, томатная паста, сметана, сметана) Сметана) Смеслом с маслом Хлеб пшеничный/ржаной пятаминглированный витаминглированный	30/52	751/97,51/12,0/51,5
соусе Каша гречневая рассыпчатая с Борщ с мясом и сметаной ВТОРНИК Фрукты в эссортименте (яблоко) Торника в оссортименте (яблоко)	07/07 081	97'9£/ÞF'L/72'0/F1'1 8†/8'8/F1'0/F'1 £'017/6'£E/1'\$/7'L	овопиами (филе птицы, лук, морковы, томатиля паста, морковы, томатиля паста, сметана) Каша перловая рассыпчатая Хлеб пшеничшый/ржаной Мапиток плодово – ягодивый витаминизированиый	57/0£ 051	0,821/0,42/20,440,5 0,821/0,42/20,440,5
соусс соусс Борип с мясом и систаной Борип с мясом и систаной ВТОРНИК Компот из сусофруктов ВТОРНИК В приничный рассыпчатая с маслом В торнум по приним по п	07/07 081 06	89'Z0Z/F6'\$/ZE'£1/\$8'F1	филе птицы тушеное с овощами (филе птицы, лук., лоровы, томатная паста, сместана) Каша перловая рассыпчатая с маслом Хлеб пшеничней/ржаной Хлеб ппеничней/ржаной Валитов плодово – ягодный витаминизированный	57/0£ 051 06	94,091/13,1\22,E1\37,21 3,821\3,42\20,E1\2 3,821\3,42\20,E1\2 4,57\20,E1\2 4,57\20,E1\2 4,57\20,E1\2 4,51\20,E1\2 4,51\20,E1\2 4,51\20,E1\2 4,51\20,E1\2 4,51\20,E1\2 4,51\20,E1\2 4,51\20,E1\2 4,51\20,E1\2 4,5
Каша гречневая рассыпчатая с ворош с мясом и сметаной в вторрукты в десортименте (яблоко) обрукты в сумофруктов в сметаной в сметаной в мясом и сметанов в мясом в мясом и сметанов в м	07/07 081	97'9E/FF'L/72'0/F1'1 8F/8'8/F1'0/F'1 E'017/6'EE/1'S/7'L	Суп картофельный с мясом фине птицы туписное с овощами (филе птицы, лук, сметана) (капе птицы, лук, сметана) (капе птомовы поста с маслом каперам поста по	57/0£ 051	9,821\0,42\20,4\0,£
Сул картофельный с фасолью ранка курнива под сырной ранка и систанов в томатном в в томатном в в томатном в т	70/20 120 06 000	97'98/hF'L/72'0/h1'1 8h/8'8/h1'0/h1 6'017/6'88/1'5/7'L 89'707/h6'8/78'15'8/99'9 L5'111/8L'8/15'8/99'9	(яблоко) Суп картофельный с мясом фице птицы тушеное с овощами (фиме птицы, лук, сметом Сметана) Сметана, проповая рассыпчатая с мяслом Хлеб пшеничный/ржаной Мана перловая рассыпчатая с мяслом	051 06 007	9+,091/10,1/2€,E1/07,E1, 26,24/24,E1/12,0/E1,2 26,24/E,0/112,0/E1,2 26,24/E,0/112,0/E1,2
соусс соусс Борип с мясом и систаной Борип с мясом и систаной ВТОРНИК Компот из сусофруктов ВТОРНИК В приничный рассыпчатая с маслом В торнум по приним по п	07/07 081 06	97'9£/ÞF'L/72'0/F1' 87/8'8/F1'0/F'1 £'017/6'££/1'\$/7'L 89'707/F6'\$/75'£1/\$8'F1 L\$'111/\$L'8/15'\$/99'9 9'F7/97'F/71'0/98'1	Суп картофельный с мясом фине птицы туписное с овощами (филе птицы, лук, сметана) (капе птицы, лук, сметана) (капе птомовы поста с маслом каперам поста по	57/0£ 051 06	7,211/8,01/2,2/87,2 0,021/0,1/26,6/1/0,5 0,021/0,1/26,6/1/0,5 27,24/6,01/1,2,0/21,1 27,24/6,01/2,0/21,1
Сул картофельный с фасолью ранка курнива под сырной ранка и систанов в томатном в в томатном в в томатном в т	70/20 120 06 000	(h.m.m.)m.C 0,p.c/o.c.p/c1,0/o.8,1 72,111/27,8/12,2/o.b.,0 80,505/pe,2/c.,61/28,p.1 6,015/e,66/1,2/c.,7 81/8,8/p1,0/p.1 82,06/pp,7/c.,0/p1,1 84/8,8/p1,0/p.1	(яблоко) Суп картофельный с мясом фице птицы тушеное с овощами (фиме птицы, лук, сметом Сметана) Сметана, проповая рассыпчатая с мяслом Хлеб пшеничный/ржаной Мана перловая рассыпчатая с мяслом	051 06 007	69/56/31/0/9'0 6/56/31/9'0/5'5/8L'5 6/56/31/9'0/5'5/8L'5 6/56/31/9'0/5'5/8L'5
Сул картофельный с фасолью ранка курнива под сырной ранка и систанов в томатном в в томатном в в томатном в т	70/20 120 06 000	\V\X\\A (\(\text{LEMM}\).HDI. HC \\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	(яблоко) Суп картофельный с мясом фице птицы тушеное с овощами (фиме птицы, лук, сметом Сметана) Сметана, проповая рассыпчатая с мяслом Хлеб пшеничный/ржаной Мана перловая рассыпчатая с мяслом	051 06 007	######################################
Сул картофельный с фасолью ранка курнива под сырной ранка и систанов в томатном в в томатном в в томатном в т	70/20 120 06 000	(h.m.m.)m.C 0,p.c/o.c.p/c1,0/o.8,1 72,111/27,8/12,2/o.b.,0 80,505/pe,2/c.,61/28,p.1 6,015/e,66/1,2/c.,7 81/8,8/p1,0/p.1 82,06/pp,7/c.,0/p1,1 84/8,8/p1,0/p.1	(яблоко) Суп картофельный с мясом фице птицы тушеное с овощами (фиме птицы, лук, сметом Сметана) Сметана, проповая рассыпчатая с мяслом Хлеб пшеничный/ржаной Мана перловая рассыпчатая с мяслом	051 06 007	(\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\