

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГОУ ТО

"Новомосковский центр"

И.В. Саяпина

" 25 " _____ 2025г.

Приложение № 1 к приказу

от " 25 " _____ 2025г. № 19-г

Меню приготавливаемых блюд
Государственного общеобразовательного учреждения Тульской области
"Новомосковский областной центр образования"
с 01 марта 2025г по 31 мая 2025г

Возрастная категория: 7-11 лет (Обуч-ся 1-4 кл.)

Длительность пребывания обучающихся: 6 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
НЕДЕЛЯ 1							
День 1							
Обед	Салат "Весна"	30	0,54	1,74	0,63	21	33
	Суп фасолевый с говядиной	200	6,78	4,58	14,4	126	54-9с
	Сердце в соусе	60	7,94	6,77	3,32	107	445,442,403
	Каша перловая рассыпчатая	150	4,425	5,25	30,45	187	54-5г
	Сок виноградный ¹	200	0,6	0,4	32,6	140	518
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	55	110
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
Итого за обед		690	23,785	19,26	101,44	683	
День 2							
Обед:	Салат из свеклы с чесноком	30	0,46	3,03	2,605	40	59
	Рассольник ленинградский с курицей, сметаной	200	4,74	5,8	13,62	126	54-3с
	Котлета рыбная любительская	50	6,5	1,95	3,05	56	54-13р

	Картофельное пюре	150	3,2	5,20	19,8	139	54-11г
	Компот из кураги	180	0,9	0,09	14,13	60	54-2хн
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	55	110
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
Итого за обед		660	19,3	16,59	73,245	523	
День 3							
Обед:	Салат зеленый с огурцами и помидорами	30	0,3	1,83	0,75	21	36
	Суп картофельный с крупой	200	2,2	2,8	7,84	66	114
	Бефстроганов из отварной говядины	80	12	12,4	1,91	167	54-1м
	Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,95	29,55	185	256
	Кисель из клюквы	180	0,09	0	12,69	51	54-25хн
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	55	110
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
Итого за обед		690	23,59	22,5	72,78	592	
День 4							
Обед	Икра морковная	30	0,6	2,1	3	34	54-12з
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной, курицей	200	4,7	4,96	10,12	110	54-2с
	Рыба, запеченная под молочным соусом	70	5,2	3,25	5,35	90	312
	Картофель отварной	150	2,85	7,35	19,05	153	426
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,00	17,82	73	54-1хн
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	55	110
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
Итого за обед		680	17,3	18,18	75,38	562	
День 5							
Обед:	Овощи натуральные (Помидор свежий)	30	0,33	0,06	1,14	7	148
	Суп картофельный с рыбой	200	8,38	2,6	14,6	115	54-20с
	Плов с курицей	150	20,48	6,08	24,9	236	54-12м
	Компот из свежих плодов	180	0,13	0,13	19,53	80	372
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	55	110

	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
Итого за обед		610	32,82	9,39	80,21	540	
День 6							
Обед	Овощи натуральные (Огурец свежий)	30	0,2	0,03	0,57	3	148
	Суп гороховый	200	4,24	4,02	15,92	117	54-8с
	Азу по-татарски	150	12	13,5	15,37	226	325
	Сок томатный ¹	180	1,8	0,18	0,18	32	518
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	55	110
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
Итого за обед		610	21,74	18,25	52,08	480	
День 7							
Обед:	Салат картофельный с огурцами солеными или капустой квашеной	30	0,51	1,59	3,15	29	66
	Уха с крупой	200	6	2	8	73	121
	Оладьи из печени по-кунцевски	50	9,45	2,78	7,78	96	357
	Рис с овощами	150	4	2,60	35	182	241
	Кисель из смородины	180	0,18	0,09	11,07	46	54-23хн
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	55	110
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
Итого за обед		660	23,64	9,58	85,04	528	
День 8							
Обед:	Овощи натуральные (Помидор свежий)	30	0,33	0,06	1,14	7	148
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,52	2,16	18,12	102	54-7с
	Биточек из курицы	50	9,60	2,14	6,75	85	54-23м
	Рагу из овощей	150	2,8	6,4	21	128	177
	Компот из кураги	180	0,9	0,09	14,13	60	54-2хн
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	55	110
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
Итого за обед		660	19,65	11,37	81,18	484	
День 9							
Обед:	Салат из редиса с огурцами и яйцом	30	0,72	2,22	0,75	26	16

	Суп из овощей с фасолью	200	2,94	3,52	12	93	143
	Гуляш из говядины	80	10,78	10,46	2,6	148	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,3	6,3	36	234	54-4г
	Компот из яблок и вишни	180	0,18	0,09	9,18	39	54-5хн
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	55	110
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
Итого за обед		690	26,42	23,11	80,57	642	
День 10							
Обед:	Салат из свеклы с солеными огурцами	30	0,36	3,12	1,95	37	53
	Щи из свежей капусты с картофелем, курицей, сметаной	200	1,4	3,98	6,2	66	142
	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	8,55	4,63	4,05	92	299
	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139	54-11г
	Напиток из шиповника	180	0,54	0,18	13,68	59	54-13хн
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,2	55	110
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	108
Итого за обед		700	17,55	17,63	65,72	495	
Среднее значение за период:		665,00	22,58	16,59	76,76	553	
Среднее значение за период доли суточной потребности в пищевых веществах и энергии:							
Обед		23,53%					

¹Допускается выдача различных плодоовощных, фруктовых соков

ПРОНУМЕРОВАНО, ПРОШНУРОВАНО И СКРЕПЛЕНО
ПЕЧАТЬЮ

4 (четыре) ЛИСТОВ
ДИРЕКТОР ГОУ ТО «НОВОМОСКОВСКИЙ ЦЕНТР»

И.В. САЯПИНА

