

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Устино-Копьевская средняя общеобразовательная школа»

Утверждаю  
Директор школы \_\_\_\_\_ Мита Н.В.

Приказ № 35 от 28.08.2025г.



**Основное десятидневное меню  
МБОУ «Устино-Копьевская СОШ»  
(возрастная категория 12-18 лет)**

Юридический адрес: РХ, Орджоникидзевский район, с. Устинкино, ул. Советская, 13

Устинкино, 2025г

*День:* понедельник      *Неделя:* первая      *Период:* осень-зима      *Категория:* обед дети 12-18 лет

**Категория:** обед дети 12-18 лет

[illegible]

	Крупа перловая	66,6	66,6														
	масло сливочное 82,5 % м.д.ж.	10,0	10,0														
	Соль поваренная йодированная	0,5	0,5														
54-2соус-2020	<b>Соус белый основной</b>			50,0	1,35	2,1	2,2	32,8	0,0	0,0	4,0	0,05	0,2	3,0	1,5	5,0	0,1
	бульон	55,0	55,0														
	Масло сливочное несоленое	2,5	2,5														
	Мука пшеничная высший сорт	2,5	2,5														
	Лук репчатый	2,4	2,0														
	Петрушка (корень)	2,0	1,5														
	Соль поваренная йодированная	0,01	0,01														
	Лавровый лист	0,25	0,25														
пром	<b>Котлеты из говядины(полуфабрикат</b>			100,0	15,0	12,7	12,2	222,8	0,2	0,2	32,0	3,0	0,0	52,0	30,9	202,5	2,1
54-3гн-2020	<b>Чай черный байховый с лимоном и сахаром</b>			200,0	0,3	0,0	6,7	27,6	0,0	0,01	0,0	0,09	0,7	7,9	5,2	9,8	0,9
	Чай черный байховый	1,0	1,0														
	вода	195,0	195,0														
	лимон	8,0	7,0														
	Сахар-песок	7,0	7,0														
	<b>хлеб в ассортименте</b>			60,0	4,6	0,6	22,9	115,7	0,1	0,04	0	0,96	0	13,8	19,8	52,2	1,2
	<b>Итого за обед</b>			<b>960,0</b>	<b>28,95</b>	<b>29,3</b>	<b>96,4</b>	<b>764,8</b>	<b>0,53</b>	<b>0,71</b>	<b>174,38</b>	<b>6,19</b>	<b>51,6</b>	<b>172,1</b>	<b>144,9</b>	<b>530</b>	<b>6,49</b>

### Меню для питания обучающихся (обед)

*День:* вторник      *Неделя:* первая

**Период:** осень-зима **Категория:** завтрак дети 7-18лет, обед 12-18 лет

[illegible]

	82,5% м.д.ж.																
	Соль поваренная йодированная	0,5	0,5														
пром	<b>Тефтели из говядины паровые (полуфабрикат)</b>			100,0	13,66	10,0	7,8	176,8	0,0	0,1	9,0	1,4	2,0	14,0	17,0	113, 0	1,3
54-1соус-2020	<b>Соус сметанный</b>			50,0	0,75	1,68	1,7	47,6	0,0	0,05	10	0,15	0,05	22,5	2,5	16,5	0,05
	Мука пшеничная высший сорт	1,25	1,25														
	Масло сливочное несоленое	1,25	1,25														
	вода	27,5	27,5														
	Сметана 15%	25,0	25,0														
	Соль поваренная йодированная	0,01	0,01														
	<b>хлеб в ассортименте</b>			60,0	4,6	0,6	22,9	115,7	0,1	0,04	0	0,96	0	13,8	19,8	52,2	1,2
54-7хн-2020	<b>компот из смеси сухофруктов</b>			200,0	0,6	0,0	22,7	93,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0
	Смесь сухофруктов	25,0	30,5														
	Сахар-песок	7,0	7,0														
	вода	190,0	190,0														
	<b>всего за обед</b>			<b>927,0</b>	<b>27,71</b>	<b>25,38</b>	<b>107,7</b>	<b>794,3</b>	<b>0,33</b>	<b>0,31</b>	<b>59</b>	<b>4,47</b>	<b>16</b>	<b>112,9</b>	<b>93,2</b>	<b>298,53</b>	<b>5,24</b>



[illegible]

## Меню для питания обучающихся (обед)

*День: четверг*

*Неделя: первая*

**Период:** осень-зима

**Категория:** обед дети 12-18 лет

[illegible]



[illegible]

## Меню для питания обучающихся (обед)

**День:** пятница

**Неделя:** первая

**Период:** осень-зима **Категория:** обед дети 12-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд, состав	Брутто (г)	Нетто (г)	Масса порции (г)	Пищевые вещества			энерг. цен. (ккал)	витамины					минеральные вещества			
					Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		B <sup>1</sup>	B <sup>2</sup>	A	pp	C	Ca	Mg	P	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
	<b>день 5, неделя 1</b>																
	<b>Обед</b>																
54-3з-2020	<b>Помидор в нарезке</b>			100,0	0,4	0,0	2,5	11,5	0,04	0,02	80,0	0,32	15,0	8,0	12,0	16,0	0,84
	томат	113,0	100,0														
54-2с-2020	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>			250,0/10	1,7	4,9	10,4	92,34	0,06	0,06	63,0	0,48	17,6	40,4	26,4	48,8	1,2
	вода	160	160														
	Кислота лимонная	1,0	1,0														
	картофель	21,8	16,0														
	Масло подсолнечное	4,0	4,0														
	Томат-пюре	6,0	6,0														
	Капуста белокочанная	20,0	20,0														
	Лук репчатый	10,0	8,0														
	морковь	12,5	8,0														
	Петрушка корень	0,5	0,4														
	свекла	40,0	32,0														
	Сахар-песок	2,0	2,0														
	Сметана 15%	10,0	10,0														
	Соль поваренная йодированная	0,3	0,3														
	Лавровый лист	0,04	0,04														
54-5г-2020	<b>Каша перловая рассыпчатая</b>			150,0	4,4	5,9	33,6	205,3	0,1	0,0	38	1,0	0,0	22	47	163	1,5
	вода	120,0	120,0														
	Крупа перловая	50,0	50,0														
	масло сливочное 82,5 % м.д.ж.	7,5	7,5														
	Соль поваренная йодированная	0,4	0,4														
54-10р-2020	<b>Рыба тушеная в томате с</b>			<b>100,0</b>	13,0	9,0	5,1	154,1	0,1	0,1	92,6	5,5	6,9	30,9	29,7	153,	0,0

[illegible]

**Период:** осeнь-зима **Категорія:** обeд дeтi 12-18 лeт

[illegible]

[illegible]

**Период:** осeнь-зима **Категорія:** обeд дeти 12-18 лeт

[illegible]

[illegible]





[illegible]

**Период:** осeнь-зима **Категорiя:** обeд дeтi 12-18 лeт

[illegible]

[illegible]

### Меню для питания обучающихся (обед)

*День:* пятница

**Неделя:** вторая

**Период:** осeнь-зима **Категория:** обeд дeти 12-18 лeт

[illegible]

[illegible]