

муниципальное казенное
общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Махаренко»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО

Директор (должность)
В.В. Галыченко (подпись)
02.09.2024 (дата)

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

Мордвинцева (подпись) Е.А.Мордвинцева/ (ФИО)

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ВОЛГОГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
МОРДВИНЦЕВА
ЕКАТЕРИНА
АЛЕКСАНДРОВНА
ИНН 3426027801/15
ОГРН 318344300086747

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ст. школьники (2 смена)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ОБЕД	Овощи по сезону (огурец свежий, или помидор свежий, или огурец соленый, или помидор соленый)	100	0,80	0,20	2,60	14,00	70/71
	Суп картофельный с бобовыми (с горохом)	250	5,50	5,28	16,53	148,25	102
	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,60	4,07	31,87	190,52	203
	Котлеты рубленные из птицы (с маслом)	100	16,20	17,10	17,00	298,00	294
	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86	377
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД:		930	35,74	27,73	83,98	938,09	

муниципальное казенное
общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Макаренкио»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО

Директор (подпись) (должность)

(дата)



УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

(подпись) (ФИО)

/И.А. Мордвинцева/



Возрастная
категория:

Ст. школьники (2 смена)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ОБЕД	Овощи по сезону (огурец свежий, или помидор свежий, или огурец соленый, или помидор соленый)	100	0,80	0,20	2,60	14,00	70/71
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,78	4,95	7,90	89,75	88
	Каша рассыпчатая (гречневая)	180	10,08	9,18	48,60	316,80	171
	Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	100	13,02	18,04	7,35	243,64	297
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		930	32,26	33,45	82,69	951,47	

муниципальное казенное
общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Макаренкио»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО

Директор (подпись) _____ (должность)
_____ (подпись) _____ (подпись)
_____ (дата)



УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

Мордвинцева (подпись) _____ (подпись)
/Е.А.Мордвинцева/



Возрастная
категория:

Ст. школьники (2 смена)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ОБЕД	Овощи отварные с маслом (свекла)	100	1,32	2,58	5,18	49,3	315
	Суп картофельный с крупой (рисовой)	250	1,98	2,70	12,10	85,75	101
	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,54	164,70	128
	Тефтели (2-й вариант) с соусом томатным с овощами	100/50	8,27	13,17	13,84	210,28	279/594
	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86	377
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		980	21,88	25,29	71,64	797,35	

муниципальное казенное
общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Макаренки»
городского округа город Орлово

СОГЛАСОВАНО

Директор (подпись)

(ФИО)

(дата)



УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

Мордвинцева (подпись)

(ФИО)
Е. А. Мордвинцева/



Возрастная категория: Ст. школьники (2 смена)

категория:							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ОБЕД	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2,58	2,78	15,70	109,00	112
	Птица, тушенная в соусе с овощами	200	27,40	20,59	24,60	410,00	292
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		750	36,56	24,45	56,54	806,28	

муниципальное казенное
общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Макаренки»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО

Директор (подпись)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

Мордвинцева (подпись) Е.А. Мордвинцева/



Возрастная категория: Ст. школьники (2 смена)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,78	4,95	7,90	89,75	88
	Рис отварной	180	4,38	6,44	44,03	251,64	304
	Котлеты или биточки рыбные	100	11,30	4,60	14,00	143,00	234
	Чай с лимоном (с сахаром и лимоном)	200	0,12	0,02	13,70	55,86	377
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
ИТОГО ЗА ОБЕД		830	24,10	17,07	81,91	771,71	

СОГЛАСОВАНО

[illegible]

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

ЕКАТЕРИНА
АЛЕКСАНДРОВНА
А.А.Мордвинцева/
(подпись)

(подпись)

Индивидуальный предприниматель
(большая печать)
Иванова Екатерина Александровна
ИНН 3426027801/15
ОГРН 318344300086747

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ОБЕД	Овощи отварные с маслом (свекла)	100	1,32	2,58	5,18	49,30	315
	Суп картофельный с крупой (перловой)	250	2,35	2,83	16,88	114,00	101
	Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	100	13,02	18,04	7,35	243,64	297
	Пюре из бобовых и картофеля (с горохом)	180	10,87	8,20	30,97	243,43	200
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,80	349
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		930	34,74	32,79	94,68	1014,63	

муниципальное казенное
общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Макаренко»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО

Директор (подпись)
(должность)
(ИО)
(дата)



УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

Е.А. Мордвинцева (подпись)
Е.А. Мордвинцева/



Возрастная категория: Ст. школьники (2 смена)

категория:							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,93	10,94	103,75	82
	Тефтели (2-й вариант) с соусом томатным с овощами	100/50	8,27	13,17	13,84	210,28	279/594
	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,60	4,07	31,87	190,52	203
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		880	23,25	23,25	72,89	791,83	

муниципальное казенное
общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Макаренки»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО

Директор (подпись)

(должность)

(подпись)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

/Е.А.Мордвинцева/

(подпись)

Возрастная категория:
Ст. школьники (2 смена)

Категория:							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ОБЕД	Овощи по сезону (огурец свежий, или помидор свежий, или огурец соленый, или помидор соленый)	100	0,80	0,20	2,60	14,00	70/71
	Суп картофельный с бобовыми (с горохом)	250	5,50	5,28	16,53	148,25	102
	Плов из птицы	180	18,40	16,88	30,60	348,00	291
	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	13,70	55,86	377
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		830	31,34	23,44	65,71	797,57	

муниципальное казенное
общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Макаренкова»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО

Директор (подпись) (должность)



УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

(ФИО) Е.А. Мордвинцева/
(подпись)



Возрастная категория: Ст. школьники (2 смена)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ОБЕД	Овощи отварные с маслом (свекла)	100	1,32	2,58	5,18	49,30	315
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,78	4,95	7,90	89,75	88
	Рагу из птицы	200	15,07	13,57	17,37	252,57	289
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,20	26,60	110	349
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	1,05	116,9	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	26,08	22,46	59,54	756,46	

муниципальное казенное
образовательное учреждение
«Средняя школа № 3 имени А.С. Макаренки»
городского округа город Фролово

СОГЛАСОВАНО



(должность)

(подпись)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Мордвинцева Екатерина Александровна

(подпись)



Е.А.Мордвинцева/

Возрастная категория: Ст. школьники (2 смена)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
ОБЕД	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,25	121
	Тефтели рыбные с рисом	100	12,39	12,08	17,64	228,8	239
	Пюре из бобовых и картофеля	180	10,87	8,20	30,97	243,43	200
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	13,96	55,82	376
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	0,84	93,52	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	1,44	137,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД		830	31,85	26,45	76,83	866,76	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		8750	297,8	256,38	746,41	8492,15	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		875	29,78	25,64	74,64	849,22	

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях /Под ред.М.П.. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.:2017.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т. Лапшиной