

Государственное предприятие «Азбука питания» г. Гродно
Примерный двухнедельный рацион одноразового питания на осенний период
для учащихся 5-11кл. на 2023/2024 учебный год



Утверждаю:

Директор Государственного предприятия «Азбука питания» г.Гродно
 С.И.Шематович

Утверждаю:
 Директор ГУО _____

1-3 неделя

	5 класс (10 лет)						5-11 класс (11-18 лет)					
	Обед	Вы	Б	Ж	У	кКал.	Обед	Вых	Б	Ж	У	кКал.
Понедельник	Пельмени	155	13,64	12,60	41,70	334,75	Пельмени	180	15,84	14,63	48,42	388,75
	Сметана	25	0,63	5,00	0,73	50,40	Сметана	25	0,63	5,00	0,73	50,40
	Напиток "Лимончик"*	200	0,14	0,02	18,60	75,14	Напиток "Лимончик"*	200	0,14	0,02	18,60	75,14
	Батон	30	2,38	0,35	16,58	79,01	Батон	30	2,38	0,35	16,58	79,01
	Хлеб ржаной	25	2,25	0,13	12,10	58,53	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82
	Сыр порционный	20	4,64	5,90	0,00	71,66	Сыр порционный	30	6,96	8,85	0,00	107,49
			23,67	24,00	89,70	669,49			27,74	28,96	94,01	747,61
Вторник	Огурец консервированный	34	0,00	0,00	1,53	6,12	Огурец консервированный	50	0,00	0,00	2,25	9,00
	Борщ с картофелем *	200	1,80	5,00	11,40	97,80	Борщ с картофелем *	200	1,80	5,00	11,40	97,80
	Сметана	5	0,13	1,00	0,15	10,08	Сметана	5	0,13	1,00	0,15	10,08
	Бабка картофельная со свиной	150	10,50	14,90	21,96	263,94	Бабка картофельная со свиной	200	14,00	19,87	29,28	351,92
	Сметана	30	0,75	6,00	0,87	60,48	Сметана	25	0,63	5,00	0,73	50,40
	Гематоген	40	2,40	1,40	32,00	150,20	Гематоген	40	2,40	1,40	32,00	150,20
	Чай с сахаром*	200	0,00	0,00	10,20	40,80	Чай с сахаром*	200	0,00	0,00	10,20	40,80
	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	Хлеб ржаной	25	2,25	0,13	12,10	58,53
		17,38	28,40	87,79	676,24			21,20	32,39	98,10	768,73	
Среда	Овощи свежие**	50	0,55	0,10	1,90	10,70	Овощи свежие**	50	0,55	0,10	1,90	10,70
	Шашлык из филе птицы	70	19,36	8,75	6,13	180,67	Шашлык из филе птицы	95	26,27	11,88	8,31	245,20
	Картофель запеченный	150	5,55	6,75	32,25	211,95	Картофель запеченный	150	5,55	6,75	32,25	211,95
	Чай с лимоном 200/7*	207	0,06	0,00	10,76	43,30	Чай с лимоном 200/7*	207	0,06	0,00	10,76	43,30
	Хлеб ржаной	20	2,25	0,10	9,88	49,42	Хлеб ржаной	30	2,70	0,15	14,82	71,43
	Кондитерское изделие	60	3,66	8,34	30,42	211,38	Кондитерское изделие	60	3,66	8,34	30,42	211,38
			31,43	24,04	91,34	707,42			38,79	27,22	98,47	793,96
Четверг	Томат свежий**	30	0,24	0,03	0,78	4,35	Томат свежий**	50	0,40	0,05	1,30	7,25
	Сосиска отварная	70	12,60	33,60	1,40	358,40	Сосиска отварная	70	6,30	16,80	0,70	179,20
	Макароны отварные	150	2,10	3,20	16,40	102,80	Макароны отварные	150	2,85	4,35	22,35	139,95
	Напиток "Лимончик"*	200	0,14	0,12	18,60	76,04	Напиток "Лимончик"*	200	0,14	0,12	18,60	76,04
	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,88	47,62	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,88	47,62
	Батон	20	1,58	0,24	11,05	52,67	Батон	20	1,58	0,24	11,06	52,74
	Фрукт	150	0,80	0,80	19,60	88,80	Фрукт	200	0,90	0,20	8,10	37,80
		16,88	37,05	47,06	589,21			13,07	0,34	63,89	502,80	
Пятница	Горошек консервированный**	35	1,09	0,07	2,28	14,07	Горошек консервированный**	30	0,93	0,06	1,95	12,06
	Яйцо перепелиное 1шт	10	1,43	1,21	0,05	16,81	Яйцо перепелиное 2шт.	20	2,86	2,42	0,10	33,62
	Бедро запеченное	80	20,33	15,53	0,10	221,47	Бедро запеченное	100	25,41	19,41	0,12	276,84
	Пюре картофельное	130	2,73	4,29	17,42	119,21	Пюре картофельное	145	3,05	4,79	19,43	132,97
	Чайный напиток с сиропом шиповника с рябиной обыкновенной*	200	0,00	0,00	18,90	75,60	Чайный напиток с сиропом шиповника с рябиной обыкновенной*	200	0,00	0,00	18,90	75,60
	Хлеб ржаной	35	3,15	0,18	9,68	52,90	Хлеб ржаной	30	2,70	0,15	9,68	50,87
	Пастила	24	0,24	0,00	39,36	158,40	Пастила	24	0,24	0,00	39,36	158,40
		28,96	21,27	87,78	658,46			35,19	26,83	89,54	740,36	

Допускается замена дневного меню по дням недели. ** - замена овощей, овощных салатов и фруктов по сезону.

* - С-Витаминизация

Инженер- технолог

А.Н.Лезерко

Государственное предприятие «Азбука питания» г. Гродно
Примерный двухнедельный рацион одноразового питания на осенний период
для учащихся 5-11кл. на 2023/2024 учебный год

Утверждаю:
 Директор Государственного предприятия «Азбука питания» г.Гродно
 С.И.Шематович



Утверждаю:
 Директор ГУО _____

2-4 неделя

	5 класс (10 лет)						5-11 класс (11-18 лет)					
	Обед	Вы	Б	Ж	У	кКал.	Обед	Вых	Б	Ж	У	кКал.
Понедельник	Запеканка из сырной массы	180	22,50	19,13	37,29	411,33	Запеканка из сырной массы	180	22,50	19,13	37,29	411,33
	Молоко сгущеное	30	1,80	2,13	14,00	82,37	Молоко сгущеное	30	1,80	2,13	14,00	82,37
	Трубочка Вивайли	19	1,33	5,51	11,40	100,51	Трубочка Вивайли	38	2,66	11,02	22,80	201,02
	Какао с молоком*	200	3,62	2,22	18,70	109,26	Какао с молоком*	200	3,62	2,22	18,70	109,26
			29,25	28,99	81,39	703,47			30,58	34,50	92,79	803,98
Вторник	Томат свежий**	55	0,44	0,06	1,43	7,98	Томат свежий**	60	0,48	0,06	1,56	8,70
	Гнезда рубленные из мяса,запеченные	80	12	16	5,6	214,4	Гнезда рубленные из мяса,запеченные	90	13,5	18	6,3	241,2
	Макароны отварные	140	2,66	4,06	20,86	130,62	Макароны отварные	150	2,85	4,35	22,35	139,95
	Напиток "Лимончик"*	200	0,14	0,12	18,60	76,04	Напиток "Лимончик"*	200	0,14	0,12	18,60	76,04
	Хлеб ржаной	30	2,70	0,15	14,52	70,23	Хлеб ржаной	30	2,70	0,15	14,52	70,23
	Зефир	45	0,45	0,05	36,45	148,01	Зефир	90	0,90	0,09	72,90	296,01
	Фрукт	50	0,45	0,10	4,05	18,90	Фрукт	100	0,90	0,20	8,10	37,80
			18,39	20,43	97,46	647,27			20,57	22,77	136,23	832,13
Среда	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,80	4,80	7,20	79,20	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,80	4,80	7,20	79,20
	Сметана	5	0,13	1,00	0,15	10,08	Сметана	5	0,13	1,00	0,15	10,08
	Наггетсы из свинины п/ф	45	4,70	10,46	2,05	121,10	Наггетсы из свинины п/ф	90	9,40	20,92	4,10	242,21
	Картофельная саломка запеченная	110	2,97	4,95	23,65	151,03	Картофельная саломка запеченная	110	2,97	4,95	23,65	151,03
	Хлеб ржаной	30	2,70	0,15	14,52	70,23	Хлеб ржаной	30	2,70	0,15	14,52	70,23
	Кисель из концентрата*	200	0,00	0,00	26,90	107,60	Кисель из концентрата*	200	0,00	0,00	26,90	107,60
	Кондитерское изделие	60	3,48	8,58	36,24	236,10	Кондитерское изделие	60	3,48	8,58	36,24	236,10
			15,77	29,94	110,70	775,34			20,47	40,40	112,75	896,45
Четверг	Горошек консервированный**	30	0,93	0,06	1,95	12,06	Горошек консервированный**	40	1,24	0,08	2,60	16,08
	Бедро запеченное	80	20,33	15,53	0,10	221,47	Бедро запеченное	100	25,41	19,41	0,12	276,84
	Каша рисовая вязкая	120	1,39	2,86	13,48	85,18	Каша рисовая вязкая	160	1,86	3,81	17,97	113,57
	Нектар	200	0,00	0,00	22,00	88,00	Нектар	200	0,00	0,00	22,00	88,00
	Хлеб ржаной	35	3,15	0,18	16,94	81,94	Хлеб ржаной	35	3,15	0,18	16,94	81,94
	Сырок глазированный	40	2,80	9,60	13,20	150,40	Сырок глазированный	40	2,80	9,60	13,20	150,40
			28,60	28,22	67,66	639,04			34,46	33,07	72,83	726,83
Пятница	Соус томатный "Сказка"	25	0,50	0,00	0,50	4,00	Соус томатный "Сказка"	30	0,60	0,00	0,60	4,80
	Шашлык из филе птицы	70	19,36	8,75	6,13	180,67	Шашлык из филе птицы	85	23,50	10,63	7,44	219,39
	Пюре картофельное	110	2,31	3,63	14,74	100,87	Пюре картофельное	150	3,15	4,95	20,10	137,55
	Блинчики с творогом	58	3,16	2,41	14,78	93,47	Блинчики с творогом	58	3,16	2,41	14,78	93,47
	Кисель из концентрата*	195	0,00	0,00	26,23	104,91	Кисель из концентрата*	200	0,00	0,00	26,90	107,60
	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	Хлеб ржаной	30	2,70	0,15	14,52	70,23
		27,13	14,89	72,05	530,74			33,11	18,14	84,34	633,04	

Допускается замена дневного меню по дням недели.** - замена овощей, овощных салатов и фруктов по сезону.

* - С-витаминизация

Инженер-технолог



А.Н. Лезерко