

Государственное предприятие «Азбука питания» г. Гродно
Примерный двухнедельный рацион одноразового питания на летне-осенний период
для учащихся 5-11 кл. на 2024/2025 учебный год (с супом)

Утверждаю:
 Директор ГУО



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



2-4 неделя

5 класс (10 лет)						5-11 класс (11-18 лет)						
Понедельник	Обед					Выход	Обед					
	Выход	Б	Ж	У	кКал.		Выход	Б	Ж	У	кКал.	
	Соус томатный "Сказка"	15	0,30	0,00	3,00	13,20	Соус томатный "Сказка"	25	0,50	0,00	5,00	22,00
	Сосиска отварная	70	6,30	14,56	0,70	159,04	Сосиска отварная	70	6,30	14,56	0,70	159,04
	Пюре картофельное	100	2,10	3,30	13,40	91,70	Пюре картофельное	150	3,15	4,95	20,10	137,55
	Батон	20	1,58	0,24	11,05	52,68	Батон	30	2,38	0,35	16,58	79,01
	Напиток "Солнышко"*	200	0,60	0,00	24,20	99,20	Сок	200	0,20	0,00	25,00	100,80
	Мармелад штучный	75	0,00	0,00	59,25	237,00	Мармелад штучный	75	0,00	0,00	59,25	237,00
			10,88	18,10	111,60	666,48			12,53	19,86	126,63	814,30
	Калорийность обеда,%					31,7	Калорийность обеда,%					30
	Карбонара "Школьная"	150	15,00	18,60	18,45	301,20	Карбонара "Школьная"	185	18,50	22,94	22,76	371,48
	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82
	Чай с сахаром*	200		0,00	10,22	40,88	Чайный напиток с сиропом шиповника с рябиной обыкновенной*	200	0,00	0,00	18,90	75,60
	Крем творожный	110	14,30	3,30	15,40	148,50	Крем творожный	110	14,30	3,30	15,40	148,50
			31,10	22,00	53,75	663,38			20,30	23,04	51,34	810,20
	Калорийность обеда,%					31,7	Калорийность обеда,%					30
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,93	5,80	7,35	89,32	Огурец консерв. порц.**	15	0,11	0,02	0,29	1,70
	Котлета "Детская", п/ф	75	12,00	5,25	2,25	104,25	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,93	5,80	7,35	89,32
	Каша вязкая гречневая	110	1,28	2,62	12,35	78,08	Котлета "Детская", п/ф	75	12,00	5,25	2,25	104,25
	Чай с лимоном 200/7*	207	0,06	0,00	10,76	43,30	Каша вязкая гречневая	150	1,74	3,57	16,85	106,47
	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	Напиток "Загадка"*	200	0,14	0,00	19,00	76,56
	Булочное изделие	50	3,40	2,85	26,80	146,45	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82
			20,47	16,62	69,20	676,90	Булочное изделие	50	3,40	2,85	26,80	146,45
	Калорийность обеда,%					32,2	Калорийность обеда,%		21,01	17,57	81,93	820,95
	Томат свежий порционный**	15	0,17	0,03	0,57	3,21	Калорийность обеда,%					30,4
	Наггетсы из свинины, п/ф	90	9,40	29,92	4,10	323,21	Томат свежий порционный**	30	0,33	0,06	1,14	6,42
	Картофельная соломка запеченая	100	2,72	4,46	21,45	136,82	Наггетсы из свинины, п/ф	90	9,40	29,92	4,10	323,21
	Хлеб ржаной	15	1,35	0,08	7,26	35,12	Картофельная соломка запеченая	125	3,40	5,58	26,81	171,03
	Чай с сахаром*	200		0,00	10,22	40,88	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82
	Печенье сахарное Детское	50	4	6	35,00	210	Чайный напиток с сиропом шиповника с рябиной обыкновенной*	200	0,00	0,00	18,90	75,60
			5,35	6,08	52,48	749,23	Печенье сахарное Детское	50	4	6	35,00	210
	Калорийность обеда,%					33,1	Калорийность обеда,%		5,80	6,10	63,58	833,07
	Огурец консерв. порц.**	20	0,14	0,02	0,38	2,26	Калорийность обеда,%					31,6
	Филе из птицы с сыром	70	16,88	19,27	0,50	242,97	Огурец консерв. порц.**	25	0,18	0,03	0,48	2,83
	Каша рисовая вязкая	100	1,16	2,38	11,23	70,98	Филе из птицы с сыром	90	21,71	24,78	0,64	312,38
	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	Каша рисовая вязкая	100	1,16	2,38	11,23	70,98
	Напиток "Солнышко"*	200	0,60	0,00	24,20	99,20	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82
	Кондит. изделие	55	4,40	13,75	27,50	251,35	Напиток "Солнышко"*	200	0,60	0,00	24,20	99,20
			24,98	35,52	73,49	713,58	Кондит. изделие	55	4,40	13,75	27,50	251,35
	Калорийность обеда,%					33,4	Калорийность обеда,%		29,84	41,03	73,73	783,56
												31,9

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

* - С-витаминизация

Инженер-технолог

Лезерко А.Н.

04.11.2024