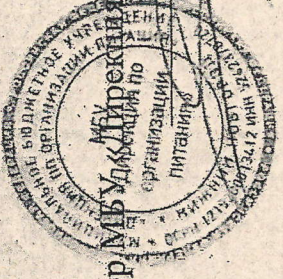


118 шк
Любимая

СОГЛАСОВАНО

Фирсов М.А.У., школа №18, Уюп!
Мурму
9 сентября 2025г

УчОП!



УТВЕРЖДАЮ
по организации питания»
Е.В. Дереховой

Директор

[Handwritten signature]

2-х недельное примерное гипоаллергенное циклическое меню учащихся 5-11 классов
на январь 2025 года в общеобразовательных учреждениях.

• Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------|--|-----|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|------------|-------------|--------------|-------------|--------------|-------------|
| 241 | Мясо отварное | 30 | 7,3 | 3,1 | 0,0 | 56 | 3 | 9 | 69 | 0,70 | 0,03 | 0,00 | 0,00 |
| 310 | Картофель отварной | 180 | 3,5 | 6,5 | 18,5 | 147 | 16 | 35 | 94 | 1,37 | 0,18 | 25,00 | 0,00 |
| 376 | Чай без сахара | 200 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 2 | 5 | 4 | 8 | 0,82 | 0,00 | 0,10 | 0,00 |
| | Всего: | | 11,0 | 9,7 | 18,6 | 205 | 24 | 48 | 171 | 2,89 | 0,21 | 25,10 | 0,00 |
| | Вторник | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 15 | Сыр порционно | 10 | 2,3 | 2,9 | 0,0 | 35 | 100 | 6 | 60 | 0,10 | 0,00 | 0,07 | 0,03 |
| ТТК 99 | Бефстроганов из куриного филе в сырном соусе | 100 | 16,3 | 7,8 | 3,0 | 156 | 141 | 62 | 191 | 1,00 | 0,01 | 0,20 | 3,30 |
| 304 | Рис отварной | 180 | 4,4 | 7,5 | 33,7 | 220 | 2 | 23 | 73 | 0,62 | 0,03 | 0,00 | 0,04 |
| 376 | Чай без сахара | 200 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 2 | 5 | 4 | 8 | 0,82 | 0,00 | 0,10 | 0,00 |
| | Всего: | | 23,2 | 18,3 | 36,8 | 413 | 248 | 95 | 332 | 2,54 | 0,04 | 0,37 | 3,37 |
| | Среда | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 15 | Сыр порционно | 10 | 2,3 | 2,9 | 0,0 | 35 | 100 | 6 | 60 | 0,10 | 0,00 | 0,07 | 0,03 |
| ТТК 477 | Биштекс домашний | 90 | 8,1 | 13,4 | 15,9 | 217 | 7 | 10 | 35 | 0,90 | 0,10 | 1,20 | 0,00 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,2 | 8,8 | 44,1 | 296 | 18 | 161 | 242 | 5,40 | 0,25 | 0,00 | 0,03 |
| 376 | Чай без сахара | 200 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 2 | 5 | 4 | 8 | 0,82 | 0,00 | 0,10 | 0,00 |
| | Всего: | | 20,8 | 25,2 | 60,1 | 550 | 130 | 181 | 345 | 7,22 | 0,35 | 1,37 | 0,06 |
| | Четверг | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| 241 | Мясо отварное | 35 | 8,5 | 3,5 | 0,0 | 66 | 4 | 11 | 81 | 0,79 | 0,03 | 0,00 | 0,00 |
| 304 | Рис отварной | 180 | 4,4 | 7,5 | 33,7 | 220 | 2 | 23 | 73 | 0,62 | 0,03 | 0,00 | 0,04 |
| 376 | Чай без сахара | 200 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 2 | 5 | 4 | 8 | 0,82 | 0,00 | 0,10 | 0,00 |
| | Всего: | | 13,1 | 11,1 | 33,8 | 288 | 11 | 38 | 162 | 2,23 | 0,06 | 0,10 | 0,04 |
| | Пятница | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| ТТК 12 | Жаркое с курицей | 200 | 10,6 | 10,4 | 19,4 | 214 | 19 | 31 | 84 | 1,30 | 0,30 | 8,50 | 0,00 |
| 101/2004 | Икра кабачковая | 60 | 0,7 | 2,8 | 4,6 | 47 | 19 | 8 | 18 | 0,50 | 0,02 | 5,80 | 0,00 |
| 338 | Фрукты свежие | 110 | 0,4 | 0,4 | 10,8 | 49 | 18 | 10 | 12 | 2,40 | 0,00 | 11,00 | 0,00 |
| 376 | Чай без сахара | 200 | 0,2 | 0,1 | 0,1 | 2 | 5 | 4 | 8 | 0,82 | 0,00 | 0,10 | 0,00 |
| | Всего: | | 11,9 | 13,7 | 34,9 | 312 | 61 | 53 | 122 | 5,02 | 0,32 | 25,40 | 0,00 |
| | Итого по меню: | | 177,1 | 162,3 | 380,5 | 3703,0 | 1082 | 788 | 2339 | 42,38 | 1,86 | 85,17 | 3,74 |
| | среднее за день | | 17,7 | 16,2 | 38,0 | 370,3 | 108 | 79 | 234 | 4,24 | 0,19 | 8,52 | 0,37 |

Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В. Решетникова