

Утверждаю :

Директор

*И.В. Бако*



Согласовано:

Индивидуальный предприниматель



Г.А. Бази

## Основное (организованное) меню на 2026 учебный год

Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Школа № 17» г. Феодосии, Республики Крым

Возрастная категория :11-18 лет

№ п/п	Наименование блюда	Единица измерения	Количество	Стоимость	Всего	Средняя стоимость
1	Плов	кг	100	1000	1000	10
2	Курица	кг	200	2000	2000	10
3	Пюре	кг	100	1000	1000	10
4	Суп	л	100	1000	1000	10
5	Хлеб	кг	100	1000	1000	10
6	Сметана	кг	100	1000	1000	10
7	Молоко	л	100	1000	1000	10
8	Масло	кг	100	1000	1000	10
9	Сыр	кг	100	1000	1000	10
10	Яйца	шт	100	1000	1000	10
11	Сахар	кг	100	1000	1000	10
12	Соль	кг	100	1000	1000	10
13	Уксус	л	100	1000	1000	10
14	Специи	кг	100	1000	1000	10
15	Зелень	кг	100	1000	1000	10
16	Фрукты	кг	100	1000	1000	10
17	Овощи	кг	100	1000	1000	10
18	Мясо	кг	100	1000	1000	10
19	Рыба	кг	100	1000	1000	10
20	Молочные продукты	кг	100	1000	1000	10
21	Хлебобулочные изделия	кг	100	1000	1000	10
22	Напитки	л	100	1000	1000	10
23	Жиры	кг	100	1000	1000	10
24	Сладости	кг	100	1000	1000	10
25	Специализированные продукты	кг	100	1000	1000	10
26	Итого					

Меню								
Приём пищи		Наименование	Выход, гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	№ рец.
				Б	Ж	У		
<i>неделя 1</i>	<i>день 1</i>	Птица отварная	90	19,21	21,13	0,39	268,46	196
		Каша рассыпчатая пшеничная	150	6,42	4,41	39,3	225	114
	<i>завтрак</i>	Кондитерские изделия (печенье)	50	3,75	4,9	37,2	208,5	пр
		Чай с сахаром	200	0,07	0,2	10,1	40	261
		Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24,15	116,9	23
		Хлеб ржано - пшеничный	20	0,975	0,18	5,1	37,8	24
<i>итого за завтрак</i>			<b>560</b>	<b>34,325</b>	<b>31,32</b>	<b>116,24</b>	<b>896,66</b>	

<i>неделя 1</i>	<i>день 1</i>	Салат из капусты	100	1,06	0,17	8,52	39	42
	<i>обед</i>	Рассольник Ленинградский	200	1,3	4,06	9,04	84	71
		Рагу из птицы	210	15	14	18,2	262	197
		Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,1	32	132	241
		Хлеб ржано - пшеничный	40	1,95	0,35	10,2	75,6	24
		Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24,15	116,9	23
<i>итого за обед</i>			<b>800</b>	<b>23,87</b>	<b>19,18</b>	<b>102,11</b>	<b>709,5</b>	
<i>итого за день</i>			<b>1360</b>	<b>58,195</b>	<b>50,495</b>	<b>218,35</b>	<b>1606,16</b>	

<i>неделя 1</i>	<i>день 2</i>	Каша жидкая молочная манная	200	6	8,44	31,2	224	125
	<i>завтрак</i>	Бутерброд с сыром	50	2,39	0,9	28,03	127	2
		Чай с сахаром	200	0,07	0,2	10,1	40	261
		Фрукты свежие (яблоко)	100	0,3	0,2	11,4	52	пр
		Хлеб ржано - пшеничный	20	0,975	0,18	5,1	37,8	24
<i>итого за завтрак</i>			<b>570</b>	<b>9,735</b>	<b>9,92</b>	<b>85,83</b>	<b>480,8</b>	

<i>неделя 1</i>	<i>день 2</i>	Салат из свёклы отварной	60	0,84	6,01	4,9	55,2	38
	<i>обед</i>	Суп картофельный с горохом	200	4,4	4,22	13,22	118	78
		Каша рассыпчатая гречневая	180	10,49	7,18	47,52	295,2	114
		Гуляш (птица)	90	13,63	14,11	2,31	189,9	175
		Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	114	236
		Хлеб ржано - пшеничный	40	1,95	0,35	10,2	75,6	24
<i>итого за обед</i>			<b>770</b>	<b>31,47</b>	<b>32,03</b>	<b>106,03</b>	<b>847,9</b>	
<i>итого за день</i>			<b>1340</b>	<b>41,205</b>	<b>41,945</b>	<b>191,86</b>	<b>1328,7</b>	

<b>неделя 1</b>	<b>день 3</b>	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	7,98	10,62	36,5	274	117
	<b>завтрак</b>	Яйца варёные	40	5,1	4,6	0,3	63	143
		Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136	1
		Чай с лимоном	200	0,13	0,2	15,2	62	262
		Хлеб ржано - пшеничный	50	3,25	0,58	17,03	94,18	24
		<b>итого за завтрак</b>	<b>530</b>	<b>18,82</b>	<b>23,49</b>	<b>83,92</b>	<b>629,18</b>	

<b>неделя 1</b>	<b>день 3</b>	Огурцы солёные	60	0,5	0,1	1	9,8	199
	<b>обед</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,16	2,28	13,96	96	79
		Рыба припущенная (минтай)	90	15,91	7,6	0,06	134,5	157
		Пюре картофельное	150	3,6	5,37	36,69	208,5	203
		Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84	271
		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,35	10,2	56,4	24
		Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24,15	116,9	23
		<b>итого за обед</b>	<b>780</b>	<b>29,02</b>	<b>16,2</b>	<b>106,26</b>	<b>706,1</b>	
		<b>итого за день</b>	<b>1310</b>	<b>47,84</b>	<b>39,69</b>	<b>190,18</b>	<b>1335,28</b>	

<b>неделя 1</b>	<b>день 4</b>	Птица отварная	90	19,21	21,13	0,39	268,46	196
	<b>завтрак</b>	Изделия макаронные отварные с маслом	180	6,7	6,73	43,2	259,2	137
		Бутерброд с сыром	50	5,8	8,3	14,83	157	3
		Чай с лимоном	200	0,13	0,2	15,2	62	262
		Хлеб ржано - пшеничный	40	1,95	0,35	10,2	75,6	24
		<b>итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>33,79</b>	<b>36,71</b>	<b>83,82</b>	<b>822,26</b>	

<b>неделя 1</b>	<b>день 4</b>	Салат из свёклы и зелёного горошка	100	0,7	3,4	5,6	71,3	106
	<b>обед</b>	Рассольник "Ленинградский"	200	1,62	4,08	9,6	84	72
		Котлеты "Московские"	90	12,51	17,2	12,87	255,6	183
		Каша рассыпчатая пшеничная Артек	150	6,42	4,41	39,3	225	114
		Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84	271
		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,35	10,2	56,4	24
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	23
		<b>итого за обед</b>	<b>800</b>	<b>26,57</b>	<b>29,74</b>	<b>112,26</b>	<b>846,44</b>	
		<b>итого за день</b>	<b>1360</b>	<b>60,36</b>	<b>66,45</b>	<b>196,08</b>	<b>1668,7</b>	

<i>неделя 1</i>	<i>день 5</i>	Запеканка из творога со сгущенкой	170	29,4	21,05	29,8	429,7	154
<i>завтрак</i>		Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136	1
		Кондитерские изделия (печенье)	40	3	3,92	29,7	166,8	пр
		Чай с сахаром	200	0,07	0,2	10,1	40	261
		Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24,15	116,9	23
<i>итого за завтрак</i>			<b>500</b>	<b>38,73</b>	<b>33,16</b>	<b>108,64</b>	<b>889,4</b>	

<i>неделя 1</i>	<i>день 5</i>	Огурцы солёные	60	0,98	3,05	3,51	52,8	33
<i>обед</i>		Суп картофельный с горохом	200	4,4	4,22	13,22	118	78
		Жаркое по - домашнему	200	22,5	22,7	23,3	388	174
		Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,1	32	132	241
		Хлеб ржано - пшеничный	40	1,95	0,35	10,2	75,6	24
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	23
<i>итого за обед</i>			<b>730</b>	<b>32,86</b>	<b>30,72</b>	<b>96,72</b>	<b>836,54</b>	
<i>итого за день</i>			<b>1230</b>	<b>71,59</b>	<b>63,88</b>	<b>205,36</b>	<b>1725,94</b>	

<i>неделя 2</i>	<i>день 6</i>	Макароны отварные с сыром	150	9,1	9,6	31,75	250,5	138
<i>завтрак</i>		Котлеты куриные	90	12,02	21,27	10,57	282	184
		Чай с сахаром	200	0,07	0,2	10,1	40	261
		Кондитерские изделия (печенье)	50	3,75	4,9	37,2	208,5	пр
		Хлеб ржано - пшеничный	20	0,98	0,18	5,1	37,8	24
<i>итого за завтрак</i>			<b>510</b>	<b>25,92</b>	<b>36,15</b>	<b>94,72</b>	<b>818,8</b>	

<i>неделя 2</i>	<i>день 6</i>	Икра кабачковая	60	0,72	4,2	4,44	58,2	183
<i>обед</i>		Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,74	82	62
		Рыба запеченная под молочным соусом (минтай)	90	14,07	8,3	3,8	185,3	160
		Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,44	136,5	210
		Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,1	32	132	241
		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,35	10,2	56,4	24
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	23
<i>итого за обед</i>			<b>760</b>	<b>24,27</b>	<b>21,99</b>	<b>94,11</b>	<b>720,54</b>	
<i>итого за день</i>			<b>1270</b>	<b>50,185</b>	<b>58,135</b>	<b>188,83</b>	<b>1539,34</b>	

неделя 2	день 7	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,49	7,18	47,52	295,2	114
завтрак		Котлеты "Московские"	90	12,51	17,2	12,87	255,6	183
		Бутерброд с сыром	50	5,8	8,3	14,83	157	3
		Чай с лимоном	200	0,13	0,2	15,2	62	262
		Хлеб ржано - пшеничный	20	0,98	0,18	5,1	37,8	24
итого за завтрак			540	29,91	33,06	95,52	807,6	

неделя 2	день 7	Огурцы солёные	60	0,5	0,1	1	9,8	199
обед		Суп из овощей	200	1,28	3,98	7,32	76	75
		Птица отварная	90	19,21	21,13	0,39	268,46	196
		Изделия макаронные отварные с маслом	180	6,7	6,73	43,2	259,2	137
		Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,1	32	132	241
		Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24,15	116,9	23
		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,35	10,2	56,4	24
итого за обед			810	34,2	32,89	118,26	918,76	
итого за день			1350	64,105	65,945	213,78	1726,36	

неделя 2	день 8	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	7,98	10,62	36,5	274	117
завтрак		Кондитерские изделия (печенье)	50	3,75	4,9	37,2	208,5	пр
		Чай с сахаром	200	0,07	0,2	10,1	40	261
		Хлеб ржано - пшеничный	20	0,98	0,18	5,1	37,8	24
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	23
итого за завтрак			500	15,15	16,20	103,39	630,44	

неделя 2	день 8	Огурцы солёные	60	0,5	0,1	1	9,8	199
обед		Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,74	82	62
		Рагу из птицы	210	15	14	18,2	262	197
		Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,1	32	132	241
		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,35	10,2	56,4	24
		Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24,15	116,9	23
итого за обед			750	23,45	18,99	94,29	659,1	
итого за день			1250	38,595	35,185	197,68	1289,54	

<b>неделя 2</b>	<b>день 9</b>	Запеканка из творога со сгущённой	170	29,4	21,05	29,8	429,7	154
	<b>завтрак</b>	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,3	0,2	11,4	52	пр
		Чай с лимоном	200	0,13	0,2	15,2	62	262
		Кондитерские изделия (печенье)	30	2,25	2,94	22,27	124,5	пр
		<b>итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>32,08</b>	<b>24,39</b>	<b>78,67</b>	<b>668,2</b>	

<b>неделя 2</b>	<b>день 9</b>	Салат из свёклы отварной	60	0,84	6,01	4,9	56,2	38
	<b>обед</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,16	2,28	13,96	103	79
		Азу по-татарски (говядина)	90	7,02	8,1	8,19	133,2	242
		Картофель отварной	150	2,92	5,74	13,99	156,25	89
		Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84	271
		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,35	10,2	56,4	24
		Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24,15	116,9	23
		<b>итого за обед</b>	<b>780</b>	<b>19,79</b>	<b>22,98</b>	<b>95,59</b>	<b>705,95</b>	
		<b>итого за день</b>	<b>1280</b>	<b>51,87</b>	<b>47,37</b>	<b>174,26</b>	<b>1374,15</b>	

<b>неделя 2</b>	<b>день 10</b>	Каша жидкая молочная рисовая	200	7,4	9,4	36	258	128
	<b>завтрак</b>	Бутерброд с сыром	50	5,8	8,3	14,83	157	3
		Яйца варёные	40	5,1	4,6	0,3	63	143
		Чай с лимоном	200	0,13	0,2	15,2	62	262
		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,35	10,2	56,4	24
		<b>итого за завтрак</b>	<b>520</b>	<b>20,38</b>	<b>22,85</b>	<b>76,53</b>	<b>596,4</b>	

<b>неделя 2</b>	<b>день 10</b>	Суп из овощей	200	1,28	3,98	7,32	76	75
	<b>обед</b>	Котлеты домашние	90	12,02	21,27	10,57	282	184
		Каша рассыпчатая гречневая	180	10,49	7,18	47,52	295,2	114
		Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84	271
		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,95	0,35	10,2	56,4	24
		Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24,15	116,9	23
		<b>итого за обед</b>	<b>750</b>	<b>30,64</b>	<b>33,28</b>	<b>119,96</b>	<b>910,5</b>	
		<b>итого за день</b>	<b>1270</b>	<b>51,02</b>	<b>56,13</b>	<b>196,49</b>	<b>1506,9</b>	