

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



Утверждаю:

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

Утверждаю:  
 Директор ГУО \_\_\_\_\_

**1-3 неделя**

<b>5 класс (10 лет)</b>							<b>5-11 класс (11-18 лет)</b>					
	Выход	Б	Ж	У	кКал.		Выход	Б	Ж	У	кКал.	
<b>Понедельник</b>	Обед						Обед					
	Соус томатный "Сказка"	20	0,40	0,00	4,00	17,60	Соус томатный "Сказка"	30	0,60	0,00	6,00	26,40
	Колбаса отварная	60	8,88	14,40	0,60	167,52	Колбаса отварная	90	13,32	21,60	0,90	251,28
	Макаронные изделия отварные	100	1,90	2,90	14,90	93,30	Макаронные изделия отварные	120	2,28	3,48	17,88	111,96
	Батон	20	1,58	1,36	13,05	70,79	Батон	20	1,58	0,24	11,05	52,68
	Крем творожный	110	14,30	3,30	15,40	148,50	Крем творожный	110	14,30	3,30	15,40	148,50
	Чайный напиток с сиропом шиповника с рябиной обыкновенной*	200	0,20	0,05	41,64	167,81	Чайный напиток с сиропом шиповника с рябиной обыкновенной*	200	0,20	0,05	41,64	167,81
		<b>27,06</b>	<b>21,96</b>	<b>47,95</b>	<b>665,52</b>			<b>32,28</b>	<b>28,67</b>	<b>92,87</b>	<b>838,15</b>	
Калорийность обеда,%					31,6	Калорийность обеда,%					31,04	
<b>Вторник</b>	Борщ с картофелем со сметаной*	200/5	1,93	6,00	11,55	107,92	Огурец свежий порц./Томат свежий порц.**	25/25	0,78	0,12	2,10	12,60
	Плов из птицы(филе)50/100	150	10,20	12,15	24,60	248,55	Борщ с картофелем со сметаной*	200/5	1,93	6,00	11,55	107,92
	Коктейль молочный	210	6,09	4,20	25,83	165,48	Плов из птицы(филе)50/100	150	10,20	12,15	24,60	248,55
	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82
			<b>20,02</b>	<b>22,45</b>	<b>71,66</b>	<b>668,77</b>	Коктейль молочный	210	6,09	4,20	25,83	165,48
Калорийность обеда,%					31,8	Калорийность обеда,%					30,4	
<b>Среда</b>	Колбаски "Домашние", п/ф	55	8,80	17,27	5,50	212,63	Соус томатный "Сказка"	20	0,40	0,00	4,00	17,60
	Пюре картофельное	100	2,10	3,30	13,40	91,70	Колбаски "Домашние", п/ф	55	8,80	17,27	5,50	212,63
	Чай с сахаром*	195	0,00	0,00	9,96	39,86	Пюре картофельное	100	2,10	3,30	13,40	91,70
	Сырок глазированный	40	3,08	10,32	13,20	158,00	Сок	200	0,20	0,00	25,00	100,80
							Хлеб ржаной	20	2,25	0,10	9,88	49,42
		<b>13,98</b>	<b>30,89</b>	<b>42,06</b>	<b>662,19</b>	Сырок глазированный	40	3,08	10,32	13,20	158,00	
Калорийность обеда,%					30,5	Калорийность обеда,%					30,7	
<b>Четверг</b>	Томат свежий порц.**	25	0,18	0,03	0,48	2,83	Томат свежий порц.**	25	0,18	0,03	0,48	2,83
	Куриная грудка,запеч.с сыром(филе)	60	13,56	21,54	0,54	250,26	Куриная грудка,запеч.с сыром(филе)	80	18,08	28,72	0,72	333,68
	Макаронные изделия отварные	100	1,90	2,90	14,90	93,30	Макаронные изделия отварные	100	1,90	2,90	14,90	93,30
	Напиток "Солнышко"**	200	0,60	0,00	24,20	99,20	Напиток "Солнышко"**	200	0,60	0,00	24,20	99,20
	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82
	Фрукт **	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Фрукт **	100	0,40	0,40	9,80	44,40
		<b>18,44</b>	<b>24,97</b>	<b>59,60</b>	<b>666,34</b>			<b>22,96</b>	<b>32,15</b>	<b>59,78</b>	<b>820,23</b>	
Калорийность обеда,%					31,7	Калорийность обеда,%					30,4	
<b>Пятница</b>	Огурец свежий порц.**	20	0,14	0,02	0,38	2,26	Огурец свежий порц.**	30	0,21	0,03	0,57	3,39
	Яйцо перепелиное 1шт	10	1,43	1,21	0,05	16,81	Яйцо перепелиное 2шт	20	2,86	2,42	0,10	33,62
	Стейк рубленый,п/ф	85	9,35	28,90	8,50	331,50	Стейк рубленый,п/ф	85	9,35	28,90	8,50	331,50
	Каша вязкая гречневая	110	1,28	2,62	12,35	78,08	Каша вязкая гречневая	110	1,28	2,62	12,35	78,08
	Чай с лимоном 200/7*	207	0,06	0,00	10,76	43,30	Сок	200	0,20	0,00	25,00	100,80
	Хлеб ржаной	15	1,35	0,08	9,68	44,80	Хлеб ржаной	15	1,35	0,08	9,68	44,80
		<b>13,61</b>	<b>32,82</b>	<b>41,73</b>	<b>666,75</b>			<b>15,25</b>	<b>34,04</b>	<b>56,20</b>	<b>822,13</b>	
Калорийность обеда,%					31,7	Калорийность обеда,%					30,4	

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

\* - С-Витаминизация

Инженер-технолог

Лезерко А.Н. 16.09.2024

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

Утверждаю:  
 Директор ГУО \_\_\_\_\_

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



**2-4 неделя**

		<b>5 класс (10 лет)</b>					<b>5-11 класс (11-18 лет)</b>				
		Выход	Б	Ж	У	кКал.	Выход	Б	Ж	У	кКал.
<b>Понедельник</b>	Обед										
	Соус томатный "Сказка"	15	0,30	0,00	3,00	13,20	30	0,60	0,00	6,00	26,40
	Сосиска отварная	70	6,30	14,56	0,70	159,04	70	6,30	14,56	0,70	159,04
	Пюре картофельное	100	2,10	3,30	13,40	91,70	140	2,94	4,62	18,76	128,38
	Батон	10	0,79	0,12	5,53	26,34	20	1,58	0,24	11,05	52,68
	Напиток "Солнышко"*	200	0,60	0,00	24,20	99,20	200	0,20	0,00	25,00	100,80
	Мармелад штучный	75	0,00	0,00	59,25	237,00	75	0,00	0,00	59,25	237,00
		<b>10,09</b>	<b>17,98</b>	<b>106,08</b>	<b>666,48</b>		<b>11,62</b>	<b>19,42</b>	<b>120,76</b>	<b>814,30</b>	
Калорийность обеда,%					31,7	Калорийность обеда,%				30	
<b>Среда</b>	Карбонара "Школьная"	160	16,00	19,84	19,68	321,28	160	16,00	19,84	19,68	321,28
	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	20	1,80	0,10	9,68	46,82
	Чай с сахаром*	200	0,00	0,00	10,22	40,88	200	0,00	0,00	10,22	40,88
	Фрукт **	100	0,40	0,40	9,80	44,40	170	0,68	0,68	16,66	75,48
			<b>18,20</b>	<b>20,34</b>	<b>49,38</b>	<b>663,38</b>		<b>17,80</b>	<b>19,94</b>	<b>39,58</b>	<b>810,20</b>
Калорийность обеда,%					31,7	Калорийность обеда,%				30	
<b>Среда</b>	Огурец свежий порц.**	15	0,11	0,02	0,29	1,70	25	0,18	0,03	0,48	2,83
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной*	200/5	1,93	5,80	7,35	89,32	200/5	1,93	5,80	7,35	89,32
	Филе из птицы с сыром	55	13,27	23,00	0,39	261,62	70	16,88	29,27	0,50	332,97
	Каша вязкая гречневая	100	1,16	2,38	11,23	70,98	105	1,22	2,50	11,79	74,53
	Коктейль молочный	210	6,09	4,20	25,83	165,48	210	6,09	4,20	25,83	165,48
	Хлеб ржаной	25	2,25	0,13	12,10	58,53	20	1,80	0,10	9,68	46,82
		<b>24,80</b>	<b>35,52</b>	<b>57,19</b>	<b>676,90</b>		<b>30,47</b>	<b>42,25</b>	<b>72,21</b>	<b>820,95</b>	
Калорийность обеда,%					32,2	Калорийность обеда,%				30,4	
<b>Четверг</b>	Томат свежий порционный**	20	0,22	0,04	0,76	4,28	30	0,33	0,06	1,14	6,42
	Наггетсы из свинины,п/ф	90	9,40	29,92	4,10	323,21	90	9,40	29,92	4,10	323,21
	Картофельная соломка запеченая	100	2,72	4,46	21,45	136,82	140	3,81	6,24	30,03	191,55
	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	20	1,80	0,10	9,68	46,82
	Чай с сахаром*	200	0,00	0,00	10,22	40,88	200	0,00	0,00	18,90	75,60
Печенье сахарное Детское	50	4	6	35,00	210	50	4	6	35,00	210	
		<b>5,80</b>	<b>6,10</b>	<b>54,90</b>	<b>762,01</b>		<b>5,80</b>	<b>6,10</b>	<b>63,58</b>	<b>853,60</b>	
Калорийность обеда,%					33,1	Калорийность обеда,%				31,6	
<b>Пятница</b>	Огурец свежий порц.**	20	0,14	0,02	0,38	2,26	20	0,14	0,02	0,38	2,26
	Шашлычок из филе цыплят	65	22,295	22,23	1,43	294,97	85	29,155	29,07	1,87	385,73
	Каша рисовая вязкая	105	1,22	2,50	11,79	74,53	110	1,28	2,62	12,35	78,08
	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	20	1,80	0,10	9,68	46,82
	Напиток "Солнышко"*	200	0,60	0,00	24,20	99,20	200	0,60	0,00	24,20	99,20
	Кондит.изделие	55	4,40	13,75	27,50	251,35	55	4,40	13,75	27,50	251,35
		<b>30,45</b>	<b>38,60</b>	<b>74,98</b>	<b>769,13</b>		<b>37,37</b>	<b>45,56</b>	<b>75,98</b>	<b>863,44</b>	
Калорийность обеда,%					33,4	Калорийность обеда,%				31,9	

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

\* - С-витаминизация

Инженер-технолог

Лезерко А.Н.

16.09.2024г.