

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

Утверждаю:
 Директор ГУО _____

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



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.	
Пельмени	155	13,64	12,60	41,70	334,75		Пельмени	180	15,84	14,63	48,42	388,75	
Сметана	30	0,75	6,00	0,87	60,48		Сметана	30	0,75	6,00	0,87	60,48	
Напиток "Лимончик"*	200	0,14	0,02	18,60	75,14		Напиток "Лимончик"*	200	0,14	0,02	18,60	75,14	
Хлеб ржаной	35	3,15	0,18	16,94	81,94		Хлеб ржаной	25	2,25	0,13	12,10	58,53	
Сыр порционный	20	4,64	5,90	0,00	71,66		Сыр порционный	30	6,96	8,85	0,00	107,49	
Батон	25	1,98	0,30	13,82	65,85		Батон	25	1,98	0,30	13,82	65,85	
		24,30	24,99	91,92	689,81				27,92	29,92	93,81	756,23	
Томат свежий**	20	0,22	0,04	0,76	4,28		Томат свежий**	50	0,55	0,10	1,90	10,70	
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	
Котлета куриная "Детская"	75	12,08	12,00	7,50	186,30		Котлета куриная "Детская"	75	12,08	12,00	7,50	186,30	
Каша гречневая вязкая	120	2,93	3,38	13,88	97,70		Каша гречневая вязкая	120	2,93	3,38	13,88	97,70	
Чай с сахаром*	200	0,00	0,00	10,20	40,80		Нектар	200	0,00	0,00	26,90	107,60	
Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82		Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	
Гематоген	40	2,40	1,40	32,00	150,20		Гематоген	40	2,40	1,40	32,00	150,20	
		18,95	21,52	53,57	483,78				19,28	21,58	71,41	557,00	
Огурец консервированный	20	0,00	0,00	0,90	3,60		Огурец консервированный	30	0,00	0,00	1,35	5,40	
Шашлык из филе птицы	60	16,59	7,50	5,25	154,86		Шашлык из филе птицы	70	19,36	8,75	6,13	180,67	
Картофель запеченный	100	3,70	4,50	21,50	141,30		Картофель запеченный	140	5,18	6,30	30,10	197,82	
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	25	2,25	0,13	12,35	59,53		Хлеб ржаной	25	2,25	0,13	12,35	59,53	
Вафли мягкие	50	3,66	8,34	30,42	211,38		Вафли мягкие	50	3,66	8,34	30,42	211,38	
		26,26	20,47	81,18	613,97				30,51	23,52	91,11	698,10	
Салат Чайка	55	0,44	0,06	1,43	7,98		Горошек консервированный**	25	0,78	0,05	1,63	10,05	
Сосиска отварная	70	6,30	16,80	0,70	179,20		Сосиска отварная	140	12,60	33,60	1,40	358,40	
Макароньы отварные	120	2,10	3,20	16,40	102,80		Макароньы отварные	110	2,09	3,19	16,39	102,63	
Коктейль молочный	210	6,09	4,20	25,83	165,48		Коктейль молочный	210	6,09	4,20	25,83	165,48	
Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,88	47,62		Хлеб ржаной	30	2,70	0,15	14,82	71,43	
		16,73	24,36	54,24	503,08				24,26	0,15	60,07	707,99	
Кукуруза консервированная**	20	0,40	0,00	2,20	10,40		Кукуруза консервированная**	20	0,40	0,00	2,20	10,40	
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	
Картофельная саломка запеченная	110	2,97	4,95	23,65	151,03		Картофельная саломка запеченная	100	2,70	4,50	21,50	137,30	
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	20	1,80	0,10	9,68	46,82		Хлеб ржаной	25	2,25	0,13	9,68	48,85	
Пастила	24	0,24	0,00	39,36	158,40		Пастила	24	0,24	0,00	39,36	158,40	
		27,17	21,79	93,94	680,53				33,86	26,46	91,86	741,01	

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 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)						
Обед		Вы	Б	Ж	У	кКал.	Обед		Вых	Б	Ж	У	кКал.
Понедельник	Огурец консервированный	35	0,00	0,00	1,58	6,30	Огурец консервированный	45	0,00	0,00	2,03	8,10	
	Колбаса отварная	100	12,60	33,60	1,40	358,40	Колбаса отварная	120	12,60	33,60	1,40	358,40	
	Каша гречневая вязкая	120	2,93	3,38	13,88	97,70	Каша гречневая вязкая	150	3,66	4,23	17,36	122,13	
	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	
	Сок	200	0,00	0,00	26,90	107,60	Сок	200	0,00	0,00	26,90	107,60	
	Сыр порционный	30	6,96	9,00	2,55	119,04	Сыр порционный	35	8,12	10,50	2,98	138,88	
	Батон	30	2,38	0,35	16,58	79,01	Батон	35	2,77	0,41	19,34	92,18	
		26,66	46,44	72,57	814,88			28,95	48,84	79,68	874,11		
Вторник	Горошек консервированный**	35	1,09	0,07	2,28	14,07	Горошек консервированный**	35	1,09	0,07	2,28	14,07	
	Биточек натуральный рубленый из свинины с сыром	75	11	26,3	14,7	339,5	Биточек натуральный рубленый из свинины с сыром	100	11	26,3	14,7	339,5	
	Макароны отварные	100	1,90	2,90	14,90	93,30	Макароны отварные	145	2,76	4,21	21,61	135,29	
	Хлеб ржаной	35	3,15	0,18	16,94	81,94	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	
	Йогурт	330	9,57	6,60	40,59	260,04	Йогурт	330	9,57	6,60	40,59	260,04	
		26,71	36,05	89,41	788,85			26,21	37,28	88,85	795,72		
Среда	Кукуруза консервированная**	23	0,46	0,00	2,53	11,96	Кукуруза консервированная**	30	0,60	0,00	3,30	15,60	
	Бедро запеченное	80	20,33	15,53	0,10	221,47	Бедро запеченное	105	26,68	20,38	0,13	290,68	
	Каша рисовая вязкая	100	1,16	2,38	11,23	70,98	Каша рисовая вязкая	100	1,16	2,38	11,23	70,98	
	Нектар	200	0,00	0,00	22,00	88,00	Нектар	200	0,00	0,00	22,00	88,00	
	Хлеб ржаной	25	2,25	0,13	12,10	58,53	Хлеб ржаной	30	2,70	0,15	14,52	70,23	
	Сырок глазированный	40	2,80	9,60	13,20	150,40	Сырок глазированный	40	2,80	9,60	13,20	150,40	
		27,00	27,63	61,16	601,34			33,94	32,51	64,38	685,89		
Четверг	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	
	Соус томатный "Сказка"	20	0,40	0,00	4,00	17,60	Соус томатный "Сказка"	20	0,40	0,00	4,00	17,60	
Пятница	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	130	3,51	5,85	27,95	178,49	Картофельная саломка запеченная	100	2,70	4,50	21,50	137,30	
	Хлеб ржаной	15	1,35	0,08	7,26	35,12	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,22	40,88	
	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							
		13,04	24,96	100,40	678,41			15,58	34,00	72,06	656,49		
Пятница	Сырники п/ф	116	22,50	19,13	37,29	411,33	Сырники п/ф	174	22,50	19,13	37,29	411,33	
	Сметана	20	0,50	4,00	0,58	40,32	Сметана	18	0,45	3,60	0,52	36,29	
	Сок	200	0,20	0,00	25,00	100,80	Чай с лимоном 200/6*	206	0,06	0,00	10,71	43,10	
	Вафельный батончик	40	2,00	12,80	23,20	216,00	Вафельный батончик	40	2,00	12,80	23,20	216,00	
	Витьба						Витьба						
		25,20	35,93	86,07	768,45			25,01	35,53	71,72	706,71		

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

* - С-витаминизация

Инженер-технолог

А.Н. Лезерко