

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



Утверждаю:
 Директор ГУО _____

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

1-3 неделя

	5 класс (10 лет)						5-11 класс (11-14 лет)					
	Обед	Выход	Б	Ж	У	кКал.	Обед	Выход	Б	Ж	У	кКал.
Понедельник	Огурец консерв. порц.**	25	0,18	0,03	0,48	2,83	Огурец консерв. порц.**	30	0,21	0,03	0,57	3,39
	Колбаса отварная	80	11,84	19,20	0,80	223,36	Колбаса отварная	110	16,28	26,40	1,10	307,12
	Макаронные изделия отварные	120	2,28	3,48	17,88	111,96	Макаронные изделия отварные	150	2,85	4,35	22,35	139,95
	Батон	20	1,58	1,36	13,05	70,79	Батон	25	1,98	0,30	13,82	65,85
	Творожное пирожное	50	2,90	10,75	20,85	191,75	Творожное пирожное	50	2,90	10,75	20,85	191,75
	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
			18,60	34,79	52,58	765,67			24,21	41,85	99,76	838,15
	Калорийность обеда,%					31,6	Калорийность обеда,%					31,04
Среда	Ризотто с мясом птицы(филе)60/120	180	12,24	14,58	29,52	298,26	Ризотто с мясом птицы(филе)60/120	180	12,24	14,58	29,52	298,26
	Чай с сахаром*	200	0,00	0,00	10,22	40,88	Напиток "Загадка"**	200	0,40	0,00	15,20	62,40
	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82
	Бутерброд с колбасой и сыром запеченный	60	3,47	5,88	37,98	218,73	Бутерброд с колбасой и сыром запеченный	65	3,76	6,37	41,15	236,95
			17,51	20,56	87,40	668,77			18,20	21,05	95,55	822,60
	Калорийность обеда,%					31,8	Калорийность обеда,%					30,4
	Горошек консерв.**	15	0,78	0,05	1,63	10,05	Горошек консерв.**	30	0,78	0,05	1,63	10,05
	Котлета "Домашняя",п/ф	45	7,20	14,13	4,50	173,97	Котлета "Домашняя",п/ф	45	7,20	14,13	4,50	173,97
Четверг	Пюре картофельное	100	2,10	3,30	13,40	91,70	Пюре картофельное	100	2,10	3,30	13,40	91,70
	Напиток "Солнышко"**	200	0,60	0,00	24,20	99,20	Сок	200	0,20	0,00	25,00	100,80
	Хлеб ржаной	20	2,25	0,10	9,88	49,42	Хлеб ржаной	20	2,25	0,10	9,88	49,42
	Булочное изделие	50	3,40	2,85	26,80	146,45	Булочное изделие	50	3,40	2,85	26,80	146,45
			15,55	20,38	78,78	662,19			15,15	20,38	79,58	829,21
	Калорийность обеда,%					30,5	Калорийность обеда,%					30,7
Пятница							Томат свежий порционный**	30	0,33	0,06	1,14	6,42
	Колбаски Домашние,п/ф	55	8,80	17,27	5,50	212,63	Колбаски Домашние,п/ф	55	8,80	17,27	5,50	212,63
	Макаронные изделия	110	2,09	3,19	16,39	102,63	Макаронные изделия отварные	150	2,85	4,35	22,35	139,95
	Чай с лимоном 200/7*	207	0,06	0,00	10,76	43,30	Чайный напиток с сиропом шиповника с рябиной обыкновенной*	200	0,20	0,05	41,64	167,81
	Батон	25	1,98	1,70	16,32	88,49	Батон	30	2,38	2,04	19,58	106,19
	Сырок глазированный	40	2,80	9,60	13,20	150,40	Сырок глазированный	40	2,80	9,60	13,20	150,40
		15,73	31,76	62,17	666,34			17,36	33,37	103,41	820,23	
Калорийность обеда,%					31,7	Калорийность обеда,%					30,4	
Суббота	Огурец консервир.порц.**	20	0,14	0,02	0,38	2,26	Огурец консервир.порц.**	15	0,11	0,02	0,29	1,70
	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 рубленный,п/ф	85	9,35	28,90	8,50	331,50	Стейк рубленный,п/ф	85	9,35	28,90	8,50	331,50
	Каша вязкая гречневая	100	1,16	2,38	11,23	70,98	Каша вязкая гречневая	110	1,28	2,62	12,35	78,08
	Чай с сахаром*	200	0,00	0,00	10,22	40,88	Сок	200	0,20	0,00	25,00	100,80
	Хлеб ржаной	10	0,90	0,05	9,68	42,77	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82
			12,98	32,56	40,06	666,75			15,59	34,05	55,92	822,13
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.

04.11.2024

Государственное предприятие «Азбука питания» г. Гродно
Примерный двухнедельный рацион одnorазового питания на летне-осенний период
для учащихся 5-11 кл. на 2024/2025 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		Выход	Б	Ж	У	кКал.	Обед		Выход	Б	Ж	У	кКал.
Понедельник	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	652,82			12,53	19,86	126,63	814,30	
Вторник	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	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			34,60	26,34	66,74	810,20		
Среда	Кукуруза консервиров.	15	0,3	0,0	1,7	7,8	Кукуруза консерв./огурец консерв.	25/25	0,4	0,2	2,1	11,9	
	Котлета "Детская", п/ф	75	12,00	5,25	2,25	104,25	Котлета "Детская", п/ф	75	12,00	5,25	2,25	104,25	
	Каша вязкая гречневая	100	1,16	2,38	11,23	70,98	Каша вязкая гречневая	120	1,39	2,86	13,48	85,18	
	Сок	200	0,20	0,00	25,00	100,80	Напиток "Загадка"*	200	0,14	0,00	19,00	76,56	
	Хлеб ржаной	10	0,90	0,05	4,84	23,41	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	
	Булочное изделие	50	3,40	2,85	26,80	146,45	Булочное изделие	50	3,40	2,85	26,80	146,45	
		17,96	10,53	71,77	676,90			19,17	11,26	73,29	820,95		
Четверг	Томат свежий порционный**	15	0,17	0,03	0,57	3,21	Томат свежий порционный**	30	0,33	0,06	1,14	6,42	
	Наггетсы из свинины, п/ф	90	9,40	29,92	4,10	323,21	Наггетсы из свинины, п/ф	90	9,40	29,92	4,10	323,21	
	Картофельная соломка запеченая	100	2,72	4,46	21,45	136,82	Картофельная соломка запеченая	125	3,40	5,58	26,81	171,03	
Пятница	Хлеб ржаной	15	1,35	0,08	7,26	35,12	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	
	Чай с сахаром*	200	0,00	0,00	10,22	40,88	Чайный напиток с сиропом шиповника с рябиной обыкновенной*	200	0,00	0,00	18,90	75,60	
	Печенье сахарное Детское	50	4	6	35,00	210	Печенье сахарное Детское	50	4	6	35,00	210	
		5,35	6,08	52,48	749,23			5,80	6,10	63,58	833,07		
Пятница	Огурец консерв. порц.**	20	0,14	0,02	0,38	2,26	Огурец консерв. порц.**	25	0,18	0,03	0,48	2,83	
	Филе из птицы с сыром	70	16,88	19,27	0,50	242,97	Филе из птицы с сыром	90	21,71	24,78	0,64	312,38	
	Каша рисовая вязкая	100	1,16	2,38	11,23	70,98	Каша рисовая вязкая	100	1,16	2,38	11,23	70,98	
	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	Хлеб ржаной	20	1,80	0,10	9,68	46,82	
	Напиток "Солнышко"*	200	0,60	0,00	24,20	99,20	Напиток "Солнышко"*	200	0,60	0,00	24,20	99,20	
Кондит. изделие	55	4,40	13,75	27,50	251,35	Кондит. изделие	55	4,40	13,75	27,50	251,35		
		24,98	35,52	73,49	713,58			29,84	41,03	73,73	783,56		

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

* - С-витаминизация

Инженер-технолог

Лезерко А.Н.