

Заместитель управляющего

(должность)

Ю.А.Шипова

(подпись, И.О. Фамилия)

ГУ «Центр по обеспечению деятельности системы образования Оршанского района»

Примерный двухнедельный рацион (11-18 пил.пр)

Первая неделя

Школы осень 2023 проект

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>
Омлет с мясными продуктами (колбасой вареной) (на молоке) - 160 Чай с молоком - 200 Хлеб пшеничный (порциями) - 50 Сыр (пошехонский) (порциями) - 30	Биточки (из свинины) - 60 Каша вязкая рисовая - 150 Кофейный напиток с молоком - 200 Хлеб пшеничный (порциями) - 20 Сыр (пошехонский) (порциями) - 30	Творожно-фруктовая запеканка (апельсин) (пилотный проект) - 200 Чай с сахаром - 200 Хлеб пшеничный (порциями) - 50 Сыр (пошехонский) (порциями) - 20	Наггетсы "Курочка ряба" (пилотный проект) - 60 Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес" - 150 Какао с молоком - 200 Хлеб пшеничный (порциями) - 50	Оладьи из печени (говяжьей) - 50 Макаронные изделия отварные - 150 Чай с сахаром - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 50 Хлеб пшеничный (порциями) - 50
<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>
Салат "Бурячок" - 100 Щи из свежей капусты с картофелем (масло сливочное) (со сметаной) - 250/10 Биточки куриные (цыплята -бройлеры) с сыром (голландским) (на воде) - 100 Каша вязкая пшенная - 180 Напиток Яблочный (пилотный проект) - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 50	Салат "Вкусный"(пилотный проект) - 70 Суп с крупой перловой - 250 Мясо (говядина) тушеное (масло сливочное) (вариант 1) - 65/65 Пюре картофельное - 180 Кисель из сока с сахаром с уменьшением сахара - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 50 Хлеб пшеничный (порциями) - 50	Салат "Слоеный" - 80 Борщ с капустой (свежей) и картофелем (масло сливочное) - 250 "Биточек Нежность" (пилотный проект) - 90 Рагу овощное - 200 Компот из сухофруктов "Школьный" (пилотный проект) - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 50 Хлеб пшеничный (порциями) - 50	Салат "Школьный" (с огурцами маринованными) - 100 Суп картофельный с бобовыми (горохом) (масло растительное и сливочное) - 200 Рыба (хек), тушеная в сметане - 100/20 Картофельное пюре запеченное "Нежность" (пилотный проект) - 200 Напиток лимонный с уменьшением сахара - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 60 Хлеб пшеничный (порциями) - 50	"Винегрет с зеленым горошком"(пилотный проект) - 100 Рассольник ленинградский (с крупой перловой и огурцами солеными) (масло сливочное) (со сметаной) - 250/10 Колбаски "Дуэт" (пилотный проект) - 100 Каша рассыпчатая гречневая (ядрица поджаренная) - 180 Компот из плодов свежих (мандарины) с уменьшением сахара - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 50
<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>
Сок - 200 Крендель сахарный (вариант 1) сш - 60 Мандарины - 200	Йогурт - 200 Пряники - 60 Бананы - 200	Молоко - 200 Пирожки печеные с яблочным фаршем - 70 Апельсины - 200	Кефир - 200 Булочка десертная (вариант 1) - 60 Плоды (груши) свежие - 120	Сок - 200 Пирожки печеные с повидлом - 60 Плоды (яблоки) свежие - 120

Вторая неделя
Школы осень 2023 проект

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>
Колбаса отварная - 83 Драчена - 135 Чай с молоком - 200 Сыр (пошехонский) (порциями) - 30 Хлеб пшеничный (порциями) - 20 Хлеб ржаной (порциями) - 30	Котлета "Мираж" (пилотный проект) - 60 Каша вязкая рисовая - 150 Какао с молоком - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 50 Хлеб пшеничный (порциями) - 50	Рулет из говядины запеченный (из тазобедренной части говядины) (масло растительное) - 75 Каша вязкая пшеничная - 150 Чай с сахаром - 200 Хлеб пшеничный (порциями) - 20 Хлеб ржаной (порциями) - 60 Сыр (пошехонский) (порциями) - 25	Вареники ленивые (со сметаной) - 200/30 Кофейный напиток с молоком - 200 Сыр (пошехонский) (порциями) - 25 Хлеб пшеничный (порциями) - 20	"Колбаски Аппетитные" (Пилотный проект) - 80 Каша вязкая гречневая - 150 Чай с сахаром - 200 Хлеб пшеничный (порциями) - 60 Хлеб ржаной (порциями) - 30
<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>
Салат "Озорник"(пилотный проект) - 80 Суп любительский - 250 Котлеты из птицы "Оригинальные" (бедро цыплят-бройлеров) - 100 Пюре картофельное - 180 Напиток "Фантастик" - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 50 Хлеб пшеничный (порциями) - 50	Салат "Здоровье" - 100 Суп картофельный с рыбными (из хека) фрикадельками - 250/25 Шницели (из свинины) - 80 Капуста (белокочанная свежая) тушеная (масло растительное) - 150 Компот из плодов сушеных (изюма) с уменьшением сахара на 25% - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 50 Хлеб пшеничный (порциями) - 50	Салат морковно-яблочный - 100 Суп крестьянский с крупой (перловой) (масло растительное) - 250 Гуляш (из говядины) (масло сливочное) - 80/80 Макаронные изделия отварные - 150 Сок - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 50	Салат из белокочанной капусты с огурцами (парниковыми) - 100 Суп картофельный с бобовыми (фасолью) (масло растительное) - 200 Рыба (хека) припущенная - 100 Картофель, запеченный дольками (пилотный проект) - 150 Напиток лимонный с уменьшением сахара - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 60 Хлеб пшеничный (порциями) - 60	Салат "Царь Горох" (Пилотный проект) - 90 Борщ с картофелем (масло растительное и сливочное) - 250 Биточки "Школьник" (на молоке) (с мукой пшеничной) - 100 Рагу овощное - 150 Компот из свежих плодов (груш) с уменьшением сахара - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 30
<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>
Йогурт - 200 Сочник с творогом (1) - 70 Бананы - 200	Сок - 200 Пирожки печеные с повидлом - 60 Мандарины - 200	Молоко - 200 Булочка "Витьба" (вариант 1) - 60 Плоды (яблоки) свежие - 120	Кефир - 200 Булочка "Вкусная" (вариант 1) - 60 Апельсины - 200	Сок - 200 Вафли - 60 Бананы - 200

Ижевск-техно
по назначению
И.В. Козлова
И.С. Милослав
О.А. Давыдова



Заместитель управляющего
(должность)

Ю.А.Шипова

(подпись, И.О.Фамилия)

ГУ «Центр по обеспечению деятельности системы образования Оршанского района»

Примерный двухнедельный рацион (6-10 пил.пр)

Первая неделя

Школы осень 2023 проект

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>
Омлет с мясными продуктами (колбасой вареной) (на молоке) - 130 Чай с молоком - 200 Хлеб пшеничный (порциями) - 40 Сыр (пошехонский) (порциями) - 25	Биточки из свинины - 50 Каша вязкая рисовая - 150 Кофейный напиток с молоком - 200 Хлеб пшеничный (порциями) - 20 Сыр (пошехонский) (порциями) - 20	Творожно-фруктовая запеканка (апельсин) (пилотный проект) - 180 Чай с сахаром - 200 Хлеб пшеничный (порциями) - 30 Сыр (пошехонский) (порциями) - 17	Наггетсы "Курочка ряба" (пилотный проект) - 60 Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес" - 150 Какао с молоком - 200 Хлеб пшеничный (порциями) - 20	Оладьи из печени (говяжьей) - 50 Макаронные изделия отварные - 150 Чай с сахаром - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 20 Хлеб пшеничный (порциями) - 30
<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>
Салат "Бурячок" - 80 Щи из свежей капусты с картофелем (масло сливочное) (со сметаной) - 250/10 Биточки куриные (цыплята -бройлеры) с сыром (голландским) (на воде) - 65 Каша вязкая пшеничная - 150 Напиток Яблочный (пилотный проект) - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 40	Салат "Вкусный"(пилотный проект) - 65 Суп с крупой перловой - 200 Мясо (говядина) тушеное (масло сливочное) (вариант 1) - 55/55 Пюре картофелевое - 150 Кисель из сока с сахаром с уменьшением сахара - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 30 Хлеб пшеничный (порциями) - 40	Салат "Слоеный" - 65 Борщ с капустой (свежей) и картофелем (масло сливочное) - 250 "Биточек Нежность" (пилотный проект) - 75 Рагу овощное - 150 Компот из сухофруктов "Школьный" (пилотный проект) - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 30 Хлеб пшеничный (порциями) - 20	Салат "Школьный" (с огурцами маринованными) - 80 Суп картофельный с бобовыми (горохом) (масло растительное и сливочное) - 200 Рыба (хек), тушенная в сметане - 70/14 Картофельное пюре запеченное "Нежность" (пилотный проект) - 160 Напиток лимонный с уменьшением сахара - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 50 Хлеб пшеничный (порциями) - 30	"Винегрет с зеленым горошком"(пилотный проект) - 70 Рассольник ленинградский (с крупой перловой и огурцами солеными) (масло сливочное) (со сметаной) - 200/8 Колбаски "Дуэт" (пилотный проект) - 70 Каша рассыпчатая гречневая (ядрица поджаренная) - 150 Компот из плодов свежих (мандарины) с уменьшением сахара - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 30
<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>
Сок - 200 Крендель сахарный (вариант 1) сш - 60 Мандарины - 120	Йогурт - 200 Пряники - 60 Бананы - 120	Молоко - 200 Пирожки печеные с яблочным фаршем - 50 Апельсины - 120	Кефир - 200 Булочка десертная (вариант 1) - 50 Плоды (груши) свежие - 120	Сок - 200 Пирожки печеные с повидлом - 60 Плоды (яблоки) свежие - 120

Вторая неделя
Школы осень 2023 проект

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>	<i>Завтрак</i>
Колбаса отварная - 50 Драчена - 110 Чай с молоком - 200 Сыр (пошехонский) (порциями) - 20 Хлеб пшеничный (порциями) - 20 Хлеб ржаной (порциями) - 20	Котлета "Мираж" (пилотный проект) - 60 Каша вязкая рисовая - 150 Какао с молоком - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 30 Хлеб пшеничный (порциями) - 20	Рулет из говядины запеченный (из тазобедренной части говядины) (масло растительное) - 60 Каша вязкая пшенная - 150 Чай с сахаром - 200 Хлеб пшеничный (порциями) - 20 Хлеб ржаной (порциями) - 20 Сыр (пошехонский) (порциями) - 15	Вареники ленивые (со сметаной) - 180/23 Кофейный напиток с молоком - 200 Сыр (пошехонский) (порциями) - 20 Хлеб пшеничный (порциями) - 20	Биточки "Школьник" (на молоке) (с мукой пшеничной) - 60 Каша вязкая гречневая - 150 Чай с сахаром - 200 Хлеб пшеничный (порциями) - 15 Хлеб ржаной (порциями) - 15
<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>	<i>Обед</i>
Салат "Озорник"(пилотный проект) - 80 Суп любительский - 200 Котлеты из птицы "Оригинальные" (бедро цыплят-бройлеров) - 60 Пюре картофельное - 150 Напиток "Фантастик" - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 30 Хлеб пшеничный (порциями) - 20	Салат "Здоровье" - 70 Суп картофельный с рыбными (из хека) фрикадельками - 250/25 Шницели (из свинины) - 60 Капуста (белокочанная свежая) тушеная (масло растительное) - 150 Компот из плодов сушеных (изюма) с уменьшением сахара на 25% - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 20 Хлеб пшеничный (порциями) - 20	Салат морковно-яблочный - 80 Суп крестьянский с крупой (перловой) (масло растительное) - 250 Гуляш (из говядины) (масло сливочное) - 75/75 Макаронные изделия отварные - 120 Сок - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 20	Салат из белокочанной капусты с огурцами (парниковыми) - 80 Суп картофельный с бобовыми (фасолью) (масло растительное) - 200 Рыба (хек) припущенная - 100 Картофель, запеченный в сметанном соусе (пилотный проект) - 150 Напиток лимонный с уменьшением сахара - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 40 Хлеб пшеничный (порциями) - 50	Салат "Царь Горох" (Пилотный проект) - 60 Борщ с картофелем (масло растительное и сливочное) - 250 "Колбаски Аппетитные" (Пилотный проект) - 55 Pagu овощное - 150 Компот из свежих плодов (груш) с уменьшением сахара - 200 Хлеб ржаной (порциями) - 20
<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>	<i>Полдник</i>
Йогурт - 200 Сочник с творогом (1) - 70 Бананы - 120	Сок - 200 Пирожки печеные с повидлом - 60 Мандарины - 120	Молоко - 200 Булочка "Витьба" (вариант 1) - 50 Плоды (яблоки) свежие - 120	Кефир - 200 Булочка "Вкусная" (вариант 1) - 50 Апельсины - 120	Сок - 200 Вафли - 60 Бананы - 170

Именем: *по инициалу*

М.В. А. Рогова
Л.В. Рогова
О.А. Давыдова