

Утверждаю
Директор МБОУ " СОШ № 2 им. Свицерского А.Г."
г. Бахчисарай
_____ Линик Т.П.
Приказ № 274 от 23.07.2025 г

1 день							
№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса пор	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
				Б	Ж	У	ценность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	168	Каша вязкая	150	5	2,75	0,39	33,23
2	40	Овощи по сезону	50		0,42	2,58	3,90
3	1	Батон пшеничный с маслом	30	5	2,14	6,60	12,79
4	396	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180		2,65	1,79	18,83
Итого:					6,62	8,65	68,75
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	368	Фрукты	100		1,50	0,56	21,00
Итого:					1,50	0,56	21,00
ОБЕД							
1	71	Овощи по сезону	50		0,38	0,06	0,95
2	82	Суп картофельный с макаронными изделиями	180		6,70	5,30	0,00
3	300	Птица отварная	80		16,88	10,88	0,00
4	137	Рагу из овощей	150		2,29	11,00	14,44
5		Хлеб пшеничный	30		2,37	0,30	14,49
6		Хлеб ржано - пшеничный	38		2,93	0,53	0,00
7	372	Компот из свежих плодов	180		0,39	0,01	24,99
Итого					31,56	28,02	53,92
Полдник							
1	454	Пирожки печеные	70		4,08	4,49	33,68
2	382	Кисель из сока натурального	180		0,56	0,05	30,20
Итого					4,64	4,54	63,88
ИТОГО за весь день:					44,32	41,77	207,55

День: вторник
Неделя: первая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю
Директор МБОУ " СОШ № 2 им. Свицерского А.Г."
г. Бахчисарай

Линик Т.П.

Приказ № 274 от 23.07.2025 г

2 день							
№ п/п		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энегетическая
	№ рец.			Б	Ж	У	ценность(ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная пшенная	200	4,27	5,73	30,88	192,51
2	1	Батон пшеничный с маслом	30\5	2,14	6,60	12,79	119
3	397	Какао с молоком.	180	3,67	3,19	15,82	107
				10,08	15,52	59,49	418,51
Итого:							
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый овощной и ягодный	180	0,45	0,30	24,45	102
				0,45	0,30	24,45	102
Итого:							
ОБЕД							
1	80	Суп картофельный с крупой	180	8,28	3,00	10,40	101,48
2	258	Шницель рыбный натуральный	80\5	12,08	3,92	8,21	116
3	54	Икра свекольная	60	1,38	2,74	7,38	60,06
4	321	Пюре картофельное	100	2,03	2,03	13,62	91,5
5		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
6		Хлеб ржано - пшеничный	38	2,93	0,53	0,00	76,38
7	376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,7
Итого:							
				29,46	12,53	79,09	611,2
Полдник							
1	237	Запеканка из творога	100	17,76	12,10	18,37	253
2		Сгущенное молоко	30	0,03	0,03	5,11	20,79
3	393	Чай с лимоном	180\10\7	0,12	0,02	10,20	41
Итого:							
				17,91	12,15	33,68	314,79
Итог за весь день							
				57,90	40,50	196,71	1446,5

День: среда
Неделя: первая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю
Директор МБОУ "СОШ № 2 им. Свицерского А.Г."
г. Бахчисарай

Линик Т.П.

Приказ № 274 от 23.07.2025 г

3 день							
№ п/п		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
	№ рец.			Б	Ж	У	ценность(ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная манная	200	5,74	5,20	18,81	145,2
2	3	Батон пшеничный с маслом и сыром	30\5\10	4,73	6,88	14,56	139
3	395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91
Итого:				13,32	14,49	47,73	375,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	368	Фрукты	100	1,50	0,50	21,00	95
Итого:				1,50	0,50	21,00	95
ОБЕД							
1	71	Овощи по сезону	50	0,55	0,01	1,90	11
1	57	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180	10,14	5,83	12,38	82,04
2	277	Гуляш и отварного мяса	80\80	20,68	16,57	4,38	249
3	204	Макаронные изделия отварные	130	4,99	0,70	26,87	134,4
4		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
5		Хлеб ржано - пшеничный	38	2,93	0,53	0,00	76,38
6	372	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,7
Итого:				40,86	23,78	78,11	697,24
Полдник							
1	215	Омлет натуральный	80\5	7,52	13,46	1,51	157
	ПП 97	Икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,85	59,5
2		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
3	393	Чай с лимоном	180\10\7	0,12	0,20	10,20	41
Итого:				10,17	18,31	25,22	300,22
ИТОГО за весь день:							
				65,85	57,08	172,06	1467,66

День: четверг
Неделя: первая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю
Директор МБОУ " СОШ № 2 им. Свидерского А.Г."
г. Бахчисарай

Линик Т.П.
Приказ 274 от 23.07.2025 г

4 день							
№ п/п			Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
	№ рец.			Б	Ж	У	ценность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная пшеничная	200	4,29	3,96	26,33	158,05
2		Батон пшеничный с повидлом	30\10	2,18	3,49	18,72	114,67
3	397	Какао с молоком	180	3,37	3,19	15,82	107
Итого:				9,84	10,64	60,87	379,72
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый ягодный овощной	180	0,45	0,30	24,45	102
Итого:				0,45	0,30	24,45	102
ОБЕД							
1	20	Овощи по сезону	50	0,70	2,53	4,33	43,3
2	85	Суп картофельный с клецками	180	7,54	12,09	43,70	314,1
3	304	Плов из мяса	180	22,26	7,73	35,69	301
4		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
5		Хлеб ржано - пшеничный	38	2,93	0,53	0,00	76,38
6	376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,7
Итого:				36,19	23,19	123,20	900,56
Полдник							
1	465	Пицца детская	80	12,85	10,70	22,35	236,8
2	393	Чай с лимоном	180\10	0,12	0,02	10,20	41
Итого				12,97	10,72	32,55	277,8
ИТОГО за весь день:				59,45	44,85	241,07	1660,08

День: пятница
Неделя: первая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю
Директор МБОУ " СОШ № 2 им. Свидерского А.Г."
г. Бахчисарай

____ Линик Т.П.
Приказ № 274 от 23.07.2025 г

5 день							
№ п/п		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
	№ рец.			Б	Ж	У	ценность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная овсяная	200	3,71	5,35	21,27	158,66
2	1	Батон пшеничный с маслом	30\5	2,14	6,60	12,79	119
3	395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91
Итого:				8,70	14,36	48,42	368,66
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	368	Фрукты	100	1,50	0,50	21,00	95
2				1,50	0,50	21,00	95
Итого							
ОБЕД							
1	13	Овощи по сезону	50	0,37	3,03	1,18	33,65
2	81	Суп картофельный с бобовыми	180	10,67	4,69	11,87	132,62
3	1	Оладьи из печени	80	6,00	7,20	10,00	129,23
4	125	Картофель отварной	130	2,67	5,15	20,96	140,4
5		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
6		Хлеб ржано - пшеничный	38	2,93	0,53	0,00	76,38
7	372	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,7
Итого:				25,40	20,91	83,49	678,06
Полдник							
1	ПП	Кондитерское изделие	50	1,40	1,65	38,65	175
2	401	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,20	90
Итого				6,62	6,15	45,85	265
ИТОГО за день:				42,22	41,92	198,76	1406,71

День: понедельник
Неделя: вторая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю
Директор МБОУ " СОШ № 2 им. Свищерского А.Г"
г. Бахчисарай

Линик Т.П.
Приказ 274 от 23.07.2025 г

6 день							
№ п/п		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
	№ рец.			Б	Ж	У	ценность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	206	Макаронные изделия отварные с сыром	120\5\20	4,60	0,64	24,80	124,08
2	1	Батон пшеничный с маслом	30\5	2,14	6,60	12,79	119
3	397	Какао смолоком	180	3,67	3,19	15,82	107
Итого:				10,41	10,43	53,41	350,08
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	368	фрукты	100	1,50	0,50	21,00	95
Итого:				1,50	0,50	21,00	95
1	71	Овощи по сезону	50	0,38	0,06	0,95	6
2	87	Суп с рыбными консервами	180	6,18	2,84	21,00	157,2
3	286	Тефтели мясные	80\80	11,78	12,91	14,90	223
4	168	Каша вязкая	130	2,38	0,34	28,79	127,92
5		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
6		Хлеб ржано - пшеничный	38	2,93	0,53	0,00	76,38
7	376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,7
Итого:				25,62	16,83	100,29	734,92
Полдник							
1	469	Домашняя булочка	80	5,82	10,01	43,13	286
2	401	Кисломолочный продукт	180	5,22	4,50	7,20	90
3							
4							
Итого				11,04	14,51	50,33	376
ИТОГО за весь день:				48,57	42,27	225,03	1556

День: Вторник
Неделя: вторая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю
Директор МБОУ " СОШ № 2 им. Свищерского А.Г."
г. Бахчисарай
_____Линик Т.П.
Приказ № 274 от 23.07.2025 г

7 день							
№ п/п		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая	
				Б	Ж	У	ценность(ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК 7 день							
1	185	Каша молочная рисовая	200	4,12	4,03	25,31	154,00
2	1	Батон пшеничный с маслом	30\5	2,14	6,60	12,79	119,00
3	397	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91
Итого:				9,11	13,04	52,46	364,00
Итого:							
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый овощной ягодный	180	0,45	0,30	24,45	102,00
Итого:				0,45	0,30	24,45	102,00
Итого:							
ОБЕД							
1	13	Овощи по сезону	50	0,37	3,03	1,18	33,65
2	81	Суп картофельный с бобовыми	180	10,67	4,69	11,87	132,62
3	282	Котлеты рубленые	80	12,44	9,24	12,56	183,00
4	321	Пюре картофельное	130	3,17	3,17	21,24	142,74
5		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
6		Хлеб ржано-пшеничный	38	2,93	0,53	0,00	76,38
7	372	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,70
Итого				32,34	17,94	85,15	734,17
Полдник							
1	231	Сырники из творога	100	18,69	12,67	11,40	234,00
2		Сгущенное молоко	30	0,03	0,03	5,11	20,79
3	393	Чай с лимоном	180\10\7	0,12	0,02	10,20	41,00
Итого				18,77	12,75	26,71	295,79
ИТОГО за весь день				60,67	44,03	188,77	1495,96

День: среда

Неделя: вторая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю
Директор МБОУ " СОШ № 2 им. Свидерского А.Г."
г. Бахчисарай

/ Линик Т.П.

8 день

Приказ № 274 от 23.07.2025 г

№ п/п		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			
	№ рец.			Б	Ж	У	ценность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная манная	200	5,74	5,20	18,81	145,2
2		Батон пшеничный смаслом и сыром	30\5\10	4,73	6,88	14,58	139
3	397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
Итого:				14,14	15,27	49,21	391,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	388	Фрукты	100	1,50	0,50	21,00	95
Итого:				1,50	0,50	21,00	95
ОБЕД							
1	15	Овощи по сезону	50	0,48	3,06	1,54	35,7
2	76	Рассольник Ленинградский	180	8,23	4,57	12,06	122,54
3	298	Голубцы ленивые	120\30	14,12	9,04	12,06	219
5		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
6		Хлеб ржано - пшеничный	38	2,93	0,53	0,00	76,38
7	376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,7
Итого:				28,52	14,45	63,60	621,71
Полдник							
1	449	Оладьи	120	9,46	8,43	57,63	344,76
2	ПП	Повидло	30	0,12		19,59	78,6
3	393	Чай с лимоном	180\10\7	0,12	0,02	10,20	41
Итого				9,70	8,45	87,42	464,36
ИТОГО за весь день:				53,86	38,67	221,23	1572,27

День: четверг
Неделя: вторая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю
Директор МБОУ " СОШ № 2 им. Свицерского А.Г."
г. Бахчисарай
_____ Линик Т.П.
Приказ № 274 от 23.07.2025 г

9 день							
№ п/п		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
	№ рец.			Б	Ж	У	ценность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,74	5,20	18,82	145,2
2		Батон пшеничный с повидлом	30\10	2,18	3,49	18,72	114,67
3	397	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91
Итого:				10,77	11,10	51,90	350,87
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	399	Сок фруктовый овощной ягодный	180	0,45	0,30	24,45	102
Итого:				0,45	0,30	24,45	102
ОБЕД							
1	15	Овощи по сезону	50	0,48	3,06	1,54	35,7
2	83	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	4,78	3,72	11,11	97,2
3	256	Котлеты рыбные любительские	80	11,16	3,90	9,04	116
4	168	Каша вязкая	130	2,38	0,34	28,79	127,92
5		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
6		Хлеб ржано - пшеничный	38	2,93	0,53	0,00	76,38
7	372	Компот из свежих плодов	180	0,39	0,01	24,99	101,7
Итого:				24,49	11,86	89,96	618,98
Полдник							
1	458	Ватрушка	70	9,22	5,48	29,18	202
2	393	Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41
Итого				9,34	5,50	39,38	243
ИТОГО за весь день:				45,05	28,76	205,69	1314,85

День: пятница
Неделя: вторая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

Утверждаю
Директор МБОУ " СОШ № 2 им. Свидерского А.Г. Г"
г. Бахчисарай

_____ Линик Т.П.
Приказ № 274 от 23.07.2025 г

10 день							
№ п/п		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции				Энергетическая
	№ рец.		Б	Ж	У		ценность (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
1	185	Каша молочная гречневая	200	3,17	5,35	21,27	137,56
2	1	Батон пшеничный с маслом	30\5	2,14	6,60	12,79	119
3	397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107
Итого:				8,98	15,14	49,88	363,56
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	368	Фрукты	100	1,50	0,50	21,00	95
Итого:				1,50	0,50	21,00	95
ОБЕД							
1	20	Овощи по сезону	50	0,70	2,53	4,33	43,3
2	58	Борщ с картофелем со сметаной	180	8,20	4,51	10,28	114,62
3	276	Жаркое по домашнему	170	25,05	6,79	19,95	240,19
4		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
5		Хлеб ржано - пшеничный	38	2,93	0,53	0,00	76,38
6	376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,7
Итого:				38,85	14,57	69,21	618,91
Полдник							
1	216	Омлет с сыром	80\5	9,10	15,80	1,40	184
2	ПП97	Икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,85	59,5
3		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
4	393	Чай с лимоном	180\10\7	0,12	0,02	10,20	41
Итого				11,75	20,47	25,11	327,22
ИТОГО за весь день:							
				61,08	50,68	165,00	1404,69
Итого за 10 дней							
				538,97	430,53	2021,87	14838,36