

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор  
МКОУ «Кировский лицей» им. Уборцева Ю.Е.



Н.Н.Дедушкина  
«27» декабря 2024 г.

**12-дневное меню для организации горячего питания учащихся муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Кировский лицей» имени Заслуженного учителя РФ Уборцева Юрия Егоровича  
1 день**

Прием пищи, наименование блюд	Цена	№ рецепта	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, Ккал
				Б	Ж	У	
Рассольник ленинградский с мясом	26,87	208	250/30	2,95	4,5	10,05	215,8
Гуляш из свинины	45,18	632	75/50	5,0	11,26	2,0	129,4
Макароны отварные с/м	8,10	442	150/5	5,3	8,0	33,2	221
Компот из сухофруктов	3,72	933	200	0,5	-	-	124
Хлеб ржаной	1,13		30	1,65	0,30	9,84	57
<b>Итого обед:</b>	<b>85,00</b>			<b>15,4</b>	<b>24,06</b>	<b>55,09</b>	<b>747,2</b>

**12-дневное меню для организации горячего питания учащихся муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Кировский лицей» имени Заслуженного учителя РФ  
Уборцева Юрия Егоровича  
2 день**

Прием пищи, наименование блюд	Цена	№ рецепта	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, Ккал
				Б	Ж	У	
Суп картофельный с мясом	24,67	215	250/30	2,95	4,5	10,05	215,8
Капуста тушеная с мясом	56,5	773	150/75	18,57	14,07	23,12	355
Чай с лимоном	2,7	1010	200/15/7	0,09	0,02	15,75	60
Хлеб ржаной	1,13		30	1,65	0,30	9,84	57
<b>Итого обед:</b>	<b>85,00</b>			<b>23,26</b>	<b>18,89</b>	<b>58,76</b>	<b>687,8</b>

**12-дневное меню для организации горячего питания учащихся муниципального казенного  
 общеобразовательного учреждения «Кировский лицей» имени Заслуженного учителя РФ  
 Уборцева Юрия Егоровича  
 3 день**

Прием пищи, наименование блюд	Цена	№ рецепта	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, Ккал
				Б	Ж	У	
Суп картофельный с горохом	23,98	221	250/30	6,15	5,6	23,25	246,3
Котлета куриная с/м	36,88	732	100/10	18,37	9,47	12,12	269,2
Картофельное пюре с/м	17,51	326	200	4,2	11,06	29,0	236,14
Компот из сухофруктов	3,72	933	200	0,5	-	-	124
Хлеб ржаной	1,13		30	1,65	0,30	9,84	57
Батон	1,78		30	2,28	0,027	14,91	67,8
<b>Итого обед:</b>	<b>85,00</b>			<b>33,15</b>	<b>26,46</b>	<b>89,12</b>	<b>1000,44</b>

**12-дневное меню для организации горячего питания учащихся муниципального казенного  
 общеобразовательного учреждения «Кировский лицей» имени Заслуженного учителя РФ  
 Уборцева Юрия Егоровича  
 4 день**

Прием пищи, наименование блюд	Цена	№ рецепта	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, Ккал
				Б	Ж	У	
Суп овощной со свининой	24,66	217	250/30	2,2	1,4	12,35	179,8
Котлета рыбная с/м	38,08	541	85/5	12,9	8,7	15,2	241,7
Картофельное пюре	17,51	326	200	4,2	11,6	29,0	236,14
Напиток лимонный	3,62	1041	200	0,1	-	24,2	93
Хлеб ржаной	1,13		30	1,65	0,30	9,84	57
<b>Итого обед:</b>	<b>85,00</b>			<b>21,05</b>	<b>22</b>	<b>90,59</b>	<b>807,64</b>

**12-дневное меню для организации горячего питания учащихся муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Кировский лицей» имени Заслуженного учителя РФ  
Уборцева Юрия Егоровича  
5 день**

Прием пищи, наименование блюд	Цена	№ рецепта	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, Ккал
				Б	Ж	У	
Щи из свежей капусты со свиной	22,37	196	250/30	2,2	7,55	6,45	185,3
Плов с мясом	43,28	642	250	19,9	41,18	47,45	644,54
Компот из сухофруктов	3,72	933	200	0,5	-	-	124
Хлеб ржаной	1,13		30	1,65	0,30	9,84	57
Батон	1,19		20	2,28	0,027	14,91	67,8
Сыр	13,31		17	4,6	4,7	-	60,5
<b>Итого обед:</b>	<b>85,00</b>			<b>31,13</b>	<b>53,76</b>	<b>78,65</b>	<b>1139,14</b>

**12-дневное меню для организации горячего питания учащихся муниципального казенного  
 общеобразовательного учреждения «Кировский лицей» имени Заслуженного учителя РФ  
 Уборцева Юрия Егоровича  
 6 день**

Прием пищи, наименование блюд	Цена	№ рецепта	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, Ккал
				Б	Ж	У	
Суп картофельный с мясом	24,67	215	250/30	2,95	4,5	10,05	215,8
Тефтеля с соусом	27,72	668	60/50	9,18	34,25	13,46	399,6
Макароны отварные с/м	8,1	442	150/5	5,3	8,0	33,2	221
Компот из сухофруктов	3,72	933	200	0,5	-	-	124
Хлеб ржаной	1,13		30	1,65	0,30	9,84	57
Батон	1,78		25	2,28	0,027	14,91	67,8
Сыр	18,17		23	6,5	6,6	-	85,4
<b>Итого обед:</b>	<b>85,00</b>			<b>28,36</b>	<b>53,68</b>	<b>81,46</b>	<b>1170,6</b>

**12-дневное меню для организации горячего питания учащихся муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Кировский лицей» имени Заслуженного учителя РФ  
Уборцева Юрия Егоровича  
7 день**

Прием пищи, наименование блюд	Цена	№ рецепта	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, Ккал
				Б	Ж	У	
Рассольник ленинградский с мясом	26,87	208	250/15	2,95	4,5	10,05	215,8
Шницель из свинины	45,18	658	100/5	13,35	31,65	7,65	581,8
Макароны отварные с/м	8,10	442	150/5	5,3	8,0	33,2	221
Компот из сухофруктов	3,72	933	200	0,5	-	-	124
Хлеб ржаной	1,13		30	1,65	0,30	9,84	57
<b>Итого обед:</b>	<b>85,00</b>			<b>23,75</b>	<b>44,45</b>	<b>60,74</b>	<b>1199,6</b>

**12-дневное меню для организации горячего питания учащихся муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Кировский лицей» имени Заслуженного учителя РФ  
Уборцева Юрия Егоровича  
8 день**

Прием пищи, наименование блюд	Цена	№ рецепта	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, Ккал
				Б	Ж	У	
Суп с макаронными изделиями	19,82	233	250/30	6,15	5,6	23,25	246,3
Печень говяжья в соусе	31,77	633	50/50	42,5	19,7	10,5	480
Гречка отварная	8,8	745	150/5	8,7	7,8	42,6	316,3
Чай с лимоном	2,7	1010	200/15/7	0,09	0,02	15,75	60
Хлеб ржаной	1,13		30	1,65	0,30	9,84	57
Батон	1,49		25	2,28	0,027	14,91	67,8
Сыр	19,29		25	6,8	6,9	-	89
<b>Итого обед:</b>	<b>85,00</b>			<b>68,17</b>	<b>40,35</b>	<b>116,85</b>	<b>1316,4</b>



**12-дневное меню для организации горячего питания учащихся муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Кировский лицей» имени Заслуженного учителя РФ Уборцева Юрия Егоровича  
9 день**

Прием пищи, наименование блюд	Цена	№ рецепта	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, Ккал
				Б	Ж	У	
Борщ из свежей капусты со свининой	24,41	175	250/30	1,7	5,1	10,3	266,8
Жаркое по домашнему	47,02	631	300	26,58	14,58	32,3	584,3
Компот из сухофруктов	3,72	933	200	0,5	-	-	124
Хлеб ржаной	1,13		30	1,65	0,30	9,84	57
Сыр	8,72		11	3	3	-	39,2
<b>Итого обед:</b>	<b>85,00</b>			<b>33,43</b>	<b>22,98</b>	<b>52,44</b>	<b>1071,3</b>

**12-дневное меню для организации горячего питания учащихся муниципального казенного  
 общеобразовательного учреждения «Кировский лицей» имени Заслуженного учителя РФ  
 Уборцева Юрия Егоровича  
 10 день**

Прием пищи, наименование блюд	Цена	№ рецепта	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, Ккал
				Б	Ж	У	
Суп овощной со свининой	24,66	217	250/30	2,2	1,4	12,35	179,8
Треска жареная	38,08	519	75/5	14,63	5,1	3,08	154,3
Картофельное пюре	17,51	326	200	4,2	11,6	29,0	236,14
Напиток лимонный	3,62	1041	200	0,1	-	24,2	93
Хлеб ржаной	1,13		30	1,65	0,30	9,84	57
<b>Итого обед:</b>	<b>85,00</b>			<b>32,86</b>	<b>26,43</b>	<b>93,38</b>	<b>891,24</b>

**12-дневное меню для организации горячего питания учащихся муниципального казенного  
 общеобразовательного учреждения «Кировский лицей» имени Заслуженного учителя РФ  
 Уборцева Юрия Егоровича  
 11 день**

Прием пищи, наименование блюд	Цена	№ рецепта	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, Ккал
				Б	Ж	У	
Суп картофельный с горохом	22,46	221	250/30	6,15	5,6	23,25	246,3
Голень отварная	21,78	697	100	21	8,2	0,5	70
Рис отварной	11,27	747	150/7	3,45	6,0	29,55	241,2
Компот из сухофруктов	3,72	933	200	0,5	-	-	124
Хлеб ржаной	1,13		30	1,65	0,30	9,84	57
Батон	1,78		30	2,28	0,027	14,91	67,8
Сыр	22,86		29	7,8	8	-	103,2
<b>Итого обед:</b>	<b>85,00</b>			<b>42,83</b>	<b>28,13</b>	<b>78,05</b>	<b>909,5</b>

**12-дневное меню для организации горячего питания учащихся муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Кировский лицей» имени Заслуженного учителя РФ  
Уборцева Юрия Егоровича  
12 день**

Прием пищи, наименование блюд	Цена	№ рецепта	Масса порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, Ккал
				Б	Ж	У	
Суп картофельный с мясом	24,67	215	250/30	2,95	4,5	10,05	215,8
Тефтеля с соусом	27,72	668	60/50	9,18	34,25	13,46	399,6
Макароны отварные с/м	8,1	442	150/5	5,3	8,0	33,2	221
Компот из сухофруктов	3,72	933	200	0,5	-	-	124
Хлеб ржаной	1,13		30	1,65	0,30	9,84	57
Батон	1,78		25	2,28	0,027	14,91	67,8
Сыр	18,17		23	6,5	6,6	-	85,4
<b>Итого обед:</b>	<b>85,00</b>			<b>28,36</b>	<b>53,68</b>	<b>81,46</b>	<b>1170,6</b>