



Адміністрацыя
Федэральнага ўстаноўчага апарату
Рэспублікі Беларусь

Рекомендуемое едкое (инма-весна) сезонное перспективное двухмесяльное меню на 2025 год

1 неделя
Понедельник

Наименование блюда	Выход блюда в г.			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Блюдо с говядиной	200	250	300	мясо говядины	0,097	0,122	0,122
				рис	0,051	0,068	0,077
				масло растит.	0,008	0,011	0,015
				соль	0,001	0,001	0,001
				зелень	0,002	0,003	0,004
				лук	0,010	0,012	0,014
				морковь	0,015	0,019	0,023
Бульбоборщ с сыром и маслом	35	45	55	хлеб пшеничный	0,020	0,030	0,030
				сыр твердый	0,010	0,010	0,020
				масло сливоч.	0,005	0,005	0,005
Чай с сахаром	200	200	200	чай	0,001	0,010	0,010
				сахар	0,005	0,005	0,005
Хлеб	20	40	50	хлеб пшеничный	0,02	0,04	0,05

1 неделя
Вторник

Наименование блюда	Выход блюда в г.			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Гуфлет из мяса говядины с сыром и маслом. Оливариные макароны с маслом сливочным	80:20:100	100:20:150	100:20:180	говядина	0,078	0,104	0,104
				рис	0,012	0,012	0,012
				лук	0,032	0,042	0,042
				соль	0,001	0,001	0,001
				масло раст.	0,003	0,004	0,004
				мука	0,004	0,005	0,005
				сахар	0,001	0,001	0,001
				томат	0,003	0,003	0,003
				макаронные изделия	0,035	0,060	0,063
				масло слив.	0,002	0,003	0,003
				сухофрукты	0,02	0,02	0,02
Компот из сухофруктов	200	200	200	кислота лимонная	0,001	0,001	0,001
				сахар	0,007	0,007	0,007
				хлеб пшеничный	0,020	0,040	0,050
Хлеб	20	40	50	хлеб пшеничный	0,020	0,040	0,050

1 неделя
Среда

Наименование блюда	Выход блюда в г.			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
салат из моркови с сыром	60	100	150	морковь	0,065	0,108	0,234
				сыр твердый	0,003	0,004	0,005
				масло растительное	0,006	0,01	0,015
супи рисовый на курином бульоне	200	250	300	мясо курица	0,030	0,030	0,030
				крупа рис	0,008	0,010	0,012
				картофель	0,086	0,107	0,120
				морковь	0,010	0,013	0,015
				лук	0,010	0,012	0,014
				соль	0,001	0,001	0,001
				масло раст	0,002	0,003	0,004
Чай с лимоном	200	200	200	чай	0,001	0,010	0,010
				лимон	0,005	0,005	0,005
				сахар	0,005	0,005	0,005
Хлеб	20	40	50	хлеб пшеничный	0,020	0,040	0,050

1 неделя

Четверг

Наименование блюда	Выход блюда в г.			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Котлета рыбная Соус томатный Гречка отварная с маслом сливочным	80,20-100	100,20-150	100,20-180	филе рыбное	0,067	0,111	0,111
				хлеб пшеничный	0,018	0,024	0,024
				мука	0,003	0,003	0,003
				томат	0,003	0,003	0,003
				лук	0,012	0,012	0,012
				масло растит	0,002	0,002	0,002
				соль	0,001	0,001	0,001
				гречка	0,062	0,071	0,075
Булочка с корицей	60	60	60	мука пшеничная в/с	0,035	0,035	0,035
				сахар	0,003	0,003	0,003
				масло сливочное	0,002	0,002	0,002
				яйцо I категории	0,002	0,002	0,002
				соль йодированная	0,001	0,001	0,001
				Дрожжи прессованные	0,001	0,001	0,001
				творог	0,030	0,030	0,030
				ванилин	0,0003	0,0003	0,0003
Кисель	200	200	200	масло растительное	0,001	0,001	0,001
				кисель	0,020	0,020	0,020
				кислота лимонная	0,001	0,001	0,001
Хлеб	20	40	50	сахар	0,007	0,007	0,007
				хлеб пшеничный	0,020	0,040	0,050

1 неделя

Пятница

Наименование б.поз	Выход б.поз в г.			Ингредиенты б.поз	Брутто, г		
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Каша рисовая на молоке с маслом	200	250	300	крупа рисовая	0,030	0,039	0,046
				молоко 2,5%	0,100	0,125	0,165
				сахар	0,004	0,005	0,006
				масло сливочное	0,005	0,006	0,007
				соль йодированная	0,001	0,001	0,001
Чай с медом и молоком	200	200	300	чай	0,005	0,005	0,005
				молоко	0,040	0,040	0,040
				мед	0,005	0,005	0,005
Бутерброд с сыром	30	40	50	масло пшеничный	0,020	0,030	0,030
Фрукты	100	100	100	сыр твердый	0,010	0,010	0,020
				яблоко	0,100	0,100	0,100

2 недели
Понедельник

Наименование б.поз	Выход б.поз в г.			Ингредиенты б.поз	Брутто, г		
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Курица тушеная Отварные макароны	80-100	100-150	100-180	мясо курицы	0,109	0,123	0,123
				морковь	0,010	0,012	0,017
				лук	0,008	0,010	0,015
				масло растит	0,010	0,012	0,014
				соль	0,001	0,001	0,001
				морковь	0,015	0,019	0,024
				томат	0,002	0,003	0,040
				макаронные изделия	0,035	0,060	0,063
				масло слив	0,002	0,003	0,005
Булочка с изюмом на масле	35	45	55	хлеб пшеничный	0,020	0,030	0,030
				сыр твердый	0,010	0,010	0,020
				масло сливоч	0,005	0,005	0,005
Кисель	200	200	200	кисель	0,007	0,007	0,007
				виноград лимонная	0,001	0,001	0,001
				сахар	0,007	0,007	0,007
Хлеб	70	80	90	хлеб пшеничный	0,020	0,040	0,050

2 недели
Вторник

Наименование б.поз	Выход б.поз в г.			Ингредиенты б.поз	Брутто, г		
	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Рагу овощное с мясом	200	250	300	говядина	0,097	0,124	0,124
				картофель	0,090	0,111	0,133
				лук репчат	0,067	0,076	0,092
				морковь	0,051	0,063	0,076
				лук	0,028	0,035	0,042
				соль	0,001	0,001	0,001
				масло раст	0,007	0,008	0,009
				думя	0,002	0,003	0,004
				сахар	0,004	0,005	0,006
				томат	0,002	0,002	0,002
				масло сливоч	0,002	0,003	0,004
				сухофрукты	0,029	0,020	0,020

Компот из сухофруктов	200	200	200	кислота лимонная	0,001	0,001	0,001
				сахар	0,007	0,007	0,007
Хлеб	20	40	50	хлеб пшеничный	0,020	0,040	0,050

2 неделя

Среда

Наименование	б.пел	Выход б.пела в г.			Ингредиенты б.пела	Брутто, г		
		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Салат из свежих овощей	60	100	150	масло растит	0,008	0,010	0,012	
				сахар	0,002	0,003	0,004	
				морковь	0,010	0,012	0,014	
				капуста	0,050	0,100	0,140	
				лук	0,012	0,013	0,014	
				соль	0,001	0,001	0,001	
Куриный суп с картофелем	200	250	300	мясо курица	0,040	0,040	0,040	
				горох	0,016	0,020	0,024	
				картофель	0,054	0,067	0,080	
				морковь	0,011	0,013	0,015	
				лук	0,010	0,012	0,014	
				соль	0,001	0,001	0,001	
				масло раст	0,004	0,005	0,006	
Чай с медом и молоком	200	200	200	чай	0,005	0,005	0,005	
				молоко	0,040	0,040	0,040	
				мед	0,005	0,005	0,005	
Хлеб	20	40	50	хлеб пшеничный	0,020	0,040	0,050	

2 неделя

Четверг

Наименование	б.пел	Выход б.пела в г.			Ингредиенты б.пела	Брутто, г		
		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Биточки рыбные Соус томатный Картофельное пюре с маслом сливочным	80-20-100	100-20-150	100-20-180	филе рыбное	0,067	0,111	0,111	
				хлеб пшеничный	0,018	0,024	0,024	
				мука	0,003	0,003	0,003	
				томат	0,003	0,003	0,003	
				лук	0,012	0,012	0,012	
				масло растит	0,002	0,002	0,002	
				соль	0,001	0,001	0,001	
				картофель	0,156	0,189	0,216	
				молоко	0,021	0,024	0,029	
				масло сливоч.	0,003	0,004	0,005	
Булочки с творогом	60	60	60	мука пшеничная в/с	0,035	0,035	0,035	
				сахар	0,003	0,003	0,003	
				масло сливочное	0,002	0,002	0,002	
				яйцо I категории	0,002	0,002	0,002	
				соль йодированная	0,001	0,001	0,001	
				Дрожжи прессованные	0,001	0,001	0,001	
				творог	0,030	0,030	0,030	
				ванилин	0,0003	0,0003	0,0003	
				масло растительное	0,001	0,001	0,001	
				чай	0,003	0,003	0,003	

Хлеб	20	40	50	Мед	0,005	0,005	0,005
				Хлеб пшеничный	0,020	0,040	0,050

Итого:

Итого:

Наименование блюда	Выход блюда в г.	Ингредиенты блюда			Брутто г.		
		6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет	6(7)-11 лет	11-15 лет	16-18 лет
Салат «Витаминный» (по рецепту)	200	250	300	Молоко топленое	0,034	0,041	0,060
				Яйца куриные	0,085	0,172	0,151
				Сахар	0,004	0,005	0,006
				Масло сливочное	0,005	0,006	0,007
				Соль поваренная	0,001	0,001	0,001
				Чай	0,001	0,001	0,001
Чай с сиропом шиповника	200	200	200	Сироп шиповника	0,010	0,010	0,010
				Сахар	0,005	0,005	0,005
				Уксус винный	0,020	0,030	0,030
Булочки с сахаром	0	50	50	Сыр твердый	0,010	0,010	0,020
Фрукты	100	100	100	Яблоко	0,100	0,100	0,100