

Меню «Меню на неделю»

Согласовано
Директор



Меню на неделю
10.09.2025

Утверждено
ГЗНООН Октябрьского
района



МЕНЮ на «___» _____ 2025г

п/п	Наименование блюда	Цена	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углевод ы,г	Энергет ическая ккал
1	Суп с мясными фрикадельками	55,00	50/200	1,55	8,29	12,62	131,3
2	Суп с вермишелью	20,00	200	2,18	2,84	14,29	91,5
3	Щи из свежей капусты	25,00	200	1,392	3,908	6,78	67,8
4	Суп картофельны с рисом	20,00	200	2,18	2,84	14,29	91,5
5	Суп гороховый	20,00	200	4,4	4,2	13,27	118,6

председатель правления

Молосина



Технологическая карта № 52
Наименование кулинарного изделия (блюда):
Суп с мясными фрикадельками

Номер рецептуры: № 104

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2011 г.

1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на суп картофельный с мясными фрикадельками, вырабатываемый и реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3. Рецепт суп с фрикадельками

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
			С 11-18 лет	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, гр.	нетто, гр.
Картофель	74,62	70	111,93	84,00
Морковь	6,992	7	10,50	8,40
Лук репчатый	86,72	7	10,08	8,40
Томатное пюре	1,4	1,75	2,10	2,10
Масло растительное	1,4	1,75	2,10	2,10
вода	0,98	122,5	147,00	147,00
Соль	11,2	14	16,80	16,80
Фрикадельки п/ф	50		50,00	0,00
Выход		200		300,00

4. Химический состав, витамины и микроэлементы

Возрастная категория	В граммах данного блюда содержится								
	Пищевые вещества г.				Витамины, мг	Минеральные вещества мг.			
	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Ценность, ккал	С, мг.	Ca	Mg	P	Fe
С 7-11 лет	1,55	8,29	12,62	131,3	14,75	90,17	26,72	162,14	0,56
С 11-18 лет	1,86	9,95	15,14	157,6	17,70	108,20	32,06	194,57	1,07

5. Технологический процесс

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками. Добавляют пассированные овощи и варят до полуготовности. За 5-10 минут добавляют пассированное томатное пюре и соль. Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп можно варить без томата.

Предправления

Маслова



ТЗПООН

Октябрьского
района

Технологическая
карта №. Номер
рецептуры 80.

Наименование изделия: Суп картофельный с вермишелью

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Картофель	80	60
Масло сливочное	2	2
Крупа рисовая, пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	6	6
Или греча	6	6
или вермишель	8	8
Морковь	10	8
Лук репчатый	8	6
Масло растительное	2	2
Бульон или вода:		
для круп пшеничной, овсяной, перловой	144	144
для остальных круп	160	160
Выход	-	200

Химический состав данного блюда на 200 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
2,1 8		2,84	14,2 9	91, 5	8,2 5	0,1 1	0,0 5	24, 0	0,9 6

Технология приготовления

Лук мелко шинкуют, морковь нарезают мелкими кубиками и припускают.
Картофель нарезают кубиками.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль. Крупу рисовую кладут в бульон или воду одновременно с припущенными овощами. Манную крупу засыпают в суп за 10-15 мин до его готовности.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа - картофель и овощи, нарезанные кубиками, крупа - хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму.

Консистенция: овощи мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа.

Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый. Вкус: картофеля и припущенных овощей, умеренно соленый.

Запах: продуктов, входящих в суп.

Председатель правления



Малышева С.И.



Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП С МАКАРОННЫМИ
ИЗДЕЛИЯМИ.

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2011 г.

Настоящая технологическая карта распространяется на суп с макаронными изделиями, вырабатываемый в столовой МБОУ «Российская СОШ».

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	Нетто, кг.
Макаронные изделия	16,0	16,0	0,16	0,16
Морковь	10,0	8,0	1,0	0,8
Лук репчатый	9,6	8,0	00,96	0,8
Томатное пюре	12,0	12,0	0,12	0,12
Масло растительное	4,0	4,0	0,4	0,4
Бульон или вода	160,0	160,0	16,0	16,0
Соль	16,0	16,0	1,6	1,6
Выход	200,0		20,0	

В 100 граммах данного блюда содержится																							
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.																	
Белки		Жиры		Углеводы		Ca		Mg		P		Fe											
0,13		0,01		0,75		33,00		2,86		5,65		0,31											
Витамины																							
A, мг.		B1, мг.		B2, мг.		B5, мг.		B6, мг.		B9, мкг.		B12, мкг.		C, мг.		D, мкг.		E, мг.		H, мкг.		PP, мг.	
0,46		0		0		-		0,01		0,90		-		0,74		-		0,04		0,04		0,06	

5. Технологический процесс

В кипящий бульон или воду закладывают подготовленные макаронные изделия, доводят до кипения, затем добавляют пассированные овощи, томат и варят до готовности. За 5 – 10 минут до окончания варки добавляют соль. При приготовлении супа с вермишелью в кипящий бульон или воду кладут пассированные овощи и варят 5-8 минут, затем добавляют вермишель и варят суп до готовности. Можно готовить с мясными продуктами и птицей.

Горячие супы отпускают при температуре 75 градусов, они могут находиться на мармите или плите не более 2-3 часов. Хранение свыше 2-3 часов не допускается, согласно СанПиН 2.4.5.2409-08.

6.1. Органолептические показатели качества:

Внешний вид — консистенция жидкая.

Цвет — цвет соответствует рецептурным компонентам.

Вкус и запах — приятный аромат свежеприготовленного супа с макаронными изделиями, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов и запахов.

Предправления

Малышева

ТЗПООП Октябрьского района

Технологическая карта №

Наименование изделия: Щи из свежей капусты с картофелем
Номер рецептуры 67

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Капуста белокочанная	50	40
Картофель	32	24
Морковь	13	10
Лук репчатый	10	8
Томатное пюре	2	12
Масло растительное	4	4
Бульон или вода	160	160
Выход	-	200

Химический состав данного блюда на 200 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
1,392	0,00	3,908	6,78	67,8	14,76	0,046	0,045	43,325	0,636

Технология приготовления

Капусту нарезают квадратиками, картофель - дольками.

В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют припущенные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют припущенное томатное пюре. При приготовлении щей из ранней капусты, ее закладывают после картофеля.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части щей - капуста, нарезанная квадратиками, морковь, лук, картофель – дольками

Консистенция: капуста- упругая, овощи- мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: бульона- желтый, жира на поверхности- оранжевый; овощей- натуральный

Вкус: капусты в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно соленый

Запах: продуктов входящих в щи.

Пред.правления

Мальшева

Мальшева С.И.

ТЗПООП

Октябрьского
района

Технологическая
карта № Номер
рецептуры 80.



Наименование изделия: Суп картофельный с рисом

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Картофель	80	60
Масло сливочное	2	2
Крупа рисовая, пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	6	6
Или греча	6	6
или вермишель	8	8
Морковь	10	8
Лук репчатый	8	6
Масло растительное	2	2
Бульон или вода:		
для круп пшеничной, овсяной, перловой	144	144
для остальных круп	160	160
Выход	-	200

Химический состав данного блюда на 200 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
2,18		2,84	14,29	91,5	8,25	0,11	0,05	24,0	0,96

Технология приготовления

Лук мелко шинкуют, морковь нарезают мелкими кубиками и припускают.
Картофель нарезают кубиками.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль. Крупу рисовую кладут в бульон или воду одновременно с припущенными овощами. Манную крупу засыпают в суп за 10-15 мин до его готовности.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа - картофель и овощи, нарезанные кубиками, крупа - хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму.

Консистенция: овощи мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа.

Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый. Вкус: картофеля и припущенных овощей, умеренно соленый.

Запах: продуктов, входящих в суп.

Председатель правления



Малышева С.И.

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 102

Суп гороховый

1 ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Настоящая технико-технологическая карта распространяется на блюдо «Суп гороховый», вырабатываемое и реализуемое в МБОУ СОШ № 2

2 ТРЕБОВАНИЯ К СЫРЬЮ

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления блюда «Суп гороховый», должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3 РЕЦЕПТУРА

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г	
	брутто	нетто
Картофель	53	43
Горох лущенный	16,1	16
или горошек зеленый консервированный	31	20
Морковь (до 1 января)	10	8
или морковь (с 1 января)	10	8
Лук репчатый	9	8
Масло растительное	5	5
Бульон или вода	140	140
ВЫХОД	-	200

4 ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания и технологическими рекомендациями для импортного сырья.

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь и петрушку – мелкими кубиками, лук мелко рубят.

Горох подготавливают, кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассированные морковь и лук, и варят до готовности.

5 ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Блюдо реализуют при температуре 65 °С.

6 ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

6.1 Органолептические показатели качества:

Внешний вид: картофель нарезан кубиками; горох лущеный разварен, горошек консервированный – в виде целых, неразваренных зерен.

Консистенция: картофель и горошек консервированный – мягкие; горох лущеный – пюреобразный.

Цвет: светло-желтый.

Запах: гороха, кореньев и лука.

Вкус: свойственный гороху, умеренно соленый.

6.2 Микробиологические показатели блюда «Суп гороховый» должны соответствовать требованиям СанПиН 2.3.2.1078.

7 ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

Пищевая ценность блюда на выход 200г

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
4,4	4,2	13,27	118,6

Витамины				
В ₁	В ₂	С	А	Е
0,08	0,00	6,03	0,00	0,00

Минеральные вещества					
Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)	Zn (мг)	I (мг)
21,16	57,56	20,75	0,78	0,00	0,00

Источник рецептуры: **Сборник технических нормативов** – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Предправления

Александрова