



"УТВЕРЖДАЮ"

Шашенкова Л.Н.

МЕНЮ

05 МАЯ 2025 ГОД

1 день



Директор школы

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценност ь, ккал	№ рецеп- туры
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	100	20,00	0,7	0,1	2,3	14,5	
ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ КУР	200	200	90,00	16,3	23,5	33,8	412,4	291
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	200/15/7	7,00	0,2	0	15,0	61,6	377
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	3,00	2	0,3	12,7	61,2	
Итого за прием пищи:	512	552	120,00	19,2	23,9	63,8	549,7	
Обед								
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	60	100	10,00	1,0	3,6	5,7	60,1	49
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	250	9,00	4,9	5,4	17,3	136,1	102
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	100	35,00	18,9	26,2	14,8	370,0	294
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	180	11,00	2,7	3,3	17,5	110,8	203
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	200	7,00	0	0	15,5	61,9	349
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	790	890	75,00	30,1	38,9	87,8	820,5	
Полдник								
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200	10,00	1	0,2	19,6	83,4	389
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	150	10,00	0,4	0,4	9,5	45,6	338
Итого за прием пищи:	300	350	20,00	1,4	0,6	29,1	129,0	
Всего за день:			215,00	50,7	63,4	180,7	1499,2	

Зав. производством

"УТВЕРЖДАЮ"

"СОГЛАСОВАНО"



ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор школы

МЕНЮ

06 МАЯ 2025 ГОД

2 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	150	200	35,20	5,2	8,2	26,9	202,2	182
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	50	70	39,80	9,5	7,8	12,9	167,1	222
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	200	10,00	3,1	2,4	17,2	103,5	379
БАТОН	30	40	5,00	2,3	0,9	15,4	78,6	
ЙОГУРТ М.Ж.Д.2,5 %	95	95	30,00	1,9	1,4	2,9	45,6	
Итого за прием пищи:	525	605	120,00	22,0	20,7	75,3	597,0	
Обед								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	60	100	11,00	0,8	3,5	2,6	46,1	43
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	200	250	10,00	1,6	4,0	11,7	90,2	83
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	100	33,00	13,5	10,4	14,5	205,0	234
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	180	11,00	3,2	9,3	20,7	178,8	128
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	200	7,00	0,7	0,3	20,2	98,1	388
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	740	1090	75,00	22,4	27,9	86,7	699,8	
Полдник								
КЕФИР	200	200	10,00	6	5,2	8,3	109,7	386
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	150	10,00	0,3	0,3	6,3	30,4	338
Итого за прием пищи:	300	350	20,00	6,3	5,5	14,6	140,1	
Всего за день:			215,00	50,7	54,1	176,6	1436,9	

Зав. производством _____

"УТВЕРЖДАЮ"

"СОГЛАСОВАНО"



ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор школы



МЕНЮ

07 МАЯ 2025 ГОД

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	60	60	17,00	1,8	0,1	3,8	23,3	к/к
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	120	46,00	9,5	17,2	1,8	198,5	210
ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	90	100	47,00	19,7	23,2	8,1	319,6	295
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	200/15/7	7,00	0,2	0	15,0	61,6	377
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	50	3,00	2	0,3	12,7	61,2	
Итого за прием пищи:	502	552	120,00	33,2	40,8	41,4	664,2	
Обед								
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	100	10,00	0,8	5,8	4,4	74,9	67
РАССОЛЬНИК С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ	200	250	8,00	1,8	4,1	12,4	94,7	96
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	100	37,00	17,1	16,7	2,3	227,6	246
РИС ОТВАРНОЙ	150	180	10,00	3,6	5,9	38,5	222	304
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	200	7,00	0,1	0,1	25,2	102,0	344
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	750	890	75,00	26,0	33,0	99,8	802,8	
Полдник								
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	200	13,00	5,9	5,1	9,8	110,5	385
БАТОН	100	150	7,00	7,5	2,9	51,4	262	
Итого за прием пищи:	300	350	20,00	13,4	8,0	61,2	372,5	
Всего за день:			215,00	72,6	81,8	202,4	1839,5	

Зав. производством