

МЕНЮ НА 02.06.2025г.

7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	,			Энергетическая ценность (Ккал)
		Б	Ж	У	
ЗАВТРАК					
макароны отварны с маслом с сыром	150	10,61	17,72	31,20	336,22
какао	200	2,50	0,20	22,30	103,54
хлеб пшеничный с маслом	40,00	5,60	9,10	9,30	145,72
фрукт	100	5,20	0,80	46,30	218,59
		23,91	27,82	109,10	804,07
ОБЕД					
Соленый огурец	60	0,90	0,05	12,40	55,00
суп гороховый на курином бульоне	250	26,40	4,50	18,60	226,35
овощное рагу	180	7,70	16,74	31,40	315,99
котлета из свинины	90	15,00	29,40	29,40	455,46
компот из с.ф	180	0,60	0,10	31,70	133,36
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	39,83
Итого		52,14	51,07	131,04	1225,99

Утверждаю:
Директор школы



Иходеева

11-18 лет

Наименование блюда	Содержание веществ (гр)				Энергетическая
	Б	Ж	У	(Ккал)	
ЗАВТРАК					
макароны отварны с маслом с сыром	180	10,61	17,72	31,20	336,22
какао	200	2,50	0,20	22,30	103,54
хлеб пшеничный с маслом	50,00	5,60	9,10	9,30	145,72
фрукт	100	5,20	0,80	46,30	218,59
		23,91	27,82	109,10	804,07
ОБЕД					
Соленый огурец	100	0,90	0,05	12,40	55,00
суп гороховый на курином бульоне	300	26,40	4,50	18,60	226,35
овощное рагу	200	7,70	16,74	31,40	315,99
котлета из свинины	110	15,00	29,40	29,40	455,46
компот из с.ф	200	0,60	0,10	31,70	133,36
Хлеб ржано-пшеничный	50	1,54	0,28	7,54	39,83
Итого		52,14	51,07	131,04	1225,99

Итого за день		76,05	78,89	240,14	2030,06
---------------	--	-------	-------	--------	---------

МЕНЮ НА 03.06.2025г.

7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	(Ккал)
ЗАВТРАК					
омлет молочный с отварнй сосиской и зеленым горошком	150	17,70	17,90	27,60	405,00
чай с сахаром	200	0,20	0,50	25,70	90,00
Хлеб пшеничный с маслом	50	1,30	0,60	10,30	20,40
яблоко	100/120	0,10	0,80	19,30	72,00
Итого		19,30	19,80	82,90	587,40
ОБЕД					
Салат из свежих огурцов	60	1,3	10,81	18,52	181,80
щи из свежей капусты со сметаной	250	22,4	12,97	34,1	352,27
плов из птицы	200	25,81	28,12	32,89	502,19
компот из с.ф	200	0,60	0,10	31,70	133,36
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	39,83
Итого		51,65	52,28	124,75	1209,44
Итого за день		70,95	72,08	207,65	1796,84

Итого за день		76,05	78,89	240,14	2030,06
---------------	--	-------	-------	--------	---------

Утверждаю:

Директор школы

11-18 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	(Ккал)
ЗАВТРАК					
омлет молочный с отварнй сосиской и зеленым горошком	200	14,80	13,50	17,50	257,98
чай с сахаром	200	0,20	0,01	25,70	106,28
Хлеб пшеничный с маслом	50	1,54	0,28	7,54	39,83
яблоко	120/120	1,54	0,28	7,54	39,83
Итого		18,08	14,07	58,28	443,93
ОБЕД					
Салат из свежих огурцов	100	1,3	10,81	18,52	181,80
щи из свежей капусты со сметаной	250	22,4	12,97	34,1	352,27
плов из птицы	220	25,81	28,12	32,89	502,19
компот из с.ф	200	0,60	0,10	31,70	133,36
Хлеб ржано-пшеничный	50	1,54	0,28	7,54	39,83
Итого		51,65	52,28	124,75	1209,44
Итого за день		69,73	66,35	183,03	1653,37



Э.А.Лиходеева

МЕНЮ НА 04.06.2025г.

7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	(Ккал)
ЗАВТРАК					
каша пшенная на молоке с маслом сливочным	150	8,50	10,40	10,40	290,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	10,43	40,00
Фрукты (яблоко,груша,апельсин)	150	0,60	0,60	13,30	61,00
Хлеб пшеничный с маслом сырым	90	10,00	10,00	50,00	192,00
Итого		19,20	21,00	84,13	583,00
ОБЕД					
свежий помидор	60	2,1	8,1	16,62	95,90
рассольник ленинградский со сметаной	250	6	1,6	20	35,90
котлеты домашние	100	6,4	7	10,4	70,00
картофельное пюре	150	9,10	10,40	30,40	255,20
кисель	200	0,30		32,10	55,60
Хлеб ржано-пшеничный	20	2,60	0,28	7,92	129,50
Итого		26,50	27,38	117,44	642,10
Итого за день		45,70	48,38	201,57	1225,10

Утверждаю:

Директор школы

11-18 лет



А.Лиходеева

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	(Ккал)
ЗАВТРАК					
каша пшенная на молоке с маслом сливочным	200	23,10	20,31	13,40	338,53
Чай с сахаром	200	0,20	0,01	25,70	106,28
Фрукты (яблоко,груша,апельсин)	150	5,20	0,80	46,30	218,59
Хлеб пшеничный с маслом с сыром	90	1,54	0,28	7,54	39,83
Итого		30,04	21,40	92,94	703,24
ОБЕД					
свежий помидор	100	2,1	9,1	16,62	161,38
рассольник ленинградский со сметаной	250	10,4	2,97	22,1	60,87
котлеты домашние	100	12	10	20	100,00
картофельное пюре	180	15,00	29,40	29,40	455,46
кисель	200	0,60	0,10	31,70	133,36
Хлеб ржано-пшеничный	50	1,54	0,28	7,54	39,83
Итого		41,64	51,85	127,36	950,90
Итого за день		71,68	73,25	220,30	1654,14

МЕНЮ НА 05.06.2025г.

7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	(Ккал)
ЗАВТРАК					
оладьи со сгущенным молоком	150	14,9	29,74	37,6	491,83
чай с сахаром	200	2,50	0,20	22,30	103,54
вафли	60	1,54	0,28	7,54	39,83
груша	150	5,20	0,80	46,30	218,59
Итого		29,14	36,02	113,74	916,79
ОБЕД					
салат из огурцов и помидор	60	2,1	2,1	6,2	96,60
свекольник со сметаной	250	8,60	7,90	21,30	117,20
печень тушеная с томатным соусом	100	9,1	14,4	19,4	212,40
отварная греча	150	4,8	3,2	31,2	181,00
компот из с.ф	180	0,60	0,10	31,70	86,00
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	129,50
Итого		26,74	27,98	117,34	822,70

Утверждаю:

Директор школ

11-18 лет



Тиходеева

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	(Ккал)
ЗАВТРАК					
оладьи со сгущенным молоком	200	14,9	29,74	37,6	491,83
чай с сахаром	200	2,50	0,20	22,30	103,54
вафли	80	1,54	0,28	7,54	39,83
груша	150	5,20	0,80	46,30	218,59
Итого		29,14	36,02	113,74	916,79
ОБЕД					
салат из огурцов и помидор	100	1,3	10,81	18,52	181,80
свекольник со сметаной	250	16,40	14,90	18,60	282,07
печень тушеная с томатным соусом	100	23,8	14,1	38,1	384,92
отварная греча	180	4,8	3,2	31,2	181,00
компот из с.ф	200	0,60	0,10	31,70	133,36
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	39,83
Итого		48,44	43,39	145,66	1202,98

Итого за день		55,88	64,00	231,08	1739,49
---------------	--	-------	-------	--------	---------

МЕНЮ НА 06.06.2025г.

7-11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	(Ккал)
ЗАВТРАК					
макароны отварные с сосиской	150	5,00	16,70	27,60	284,20
Чай с сахаром	200	2,50	0,20	12,30	40,00
булка с маслом	90	6,50	2,10	7,54	205,00
яблоко	140	5,20	0,80	36,30	52,00
Итого		19,20	19,80	83,74	581,20
ОБЕД					
салат из капусты	60	1,3	5,8	18,52	15,00
суп рыбный с картофелем	250	6,4	10,8	21,6	270,00
тушеный картофель	200	10	8	20	200,00
компот из кураги	180	0,60	0,10	31,70	55,60
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,54	0,50	7,54	129,50
Итого		26,64	27,50	117,46	822,10
Итого за день		45,84	47,30	201,20	1403,30

Итого за день		77,58	79,41	259,40	2119,77
---------------	--	-------	-------	--------	---------

Утверждаю:

Директор школы
11-18 лет



Е.А.Лиходеева

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	(Ккал)
ЗАВТРАК					
макароны отварные с сосиской	200	23,10	20,31	13,40	338,53
Чай с сахаром	200	0,20	0,01	25,70	106,28
булка с маслом	50/25	1,54	0,28	7,54	39,83
яблоко	150	0,00	0,00	10,00	44,00
Итого		24,84	20,60	56,64	484,65
ОБЕД					
салат из капусты	100	2,1	9,1	16,62	161,38
суп рыбный с картофелем	250	22,4	12,97	42,1	385,07
тушеный картофель	250	20	38	11	300,00
компот из кураги	180	0,60	0,10	31,70	133,36
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	39,83
Итого		56,64	70,45	113,96	1245,65
Итого за день		81,48	91,05	170,60	1730,29