



СОГЛАСОВАНО

Шашенкова Л.Н.



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

МЕНЮ

04 сентября 2023 год

1 день

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

Зав. производством _____



СОГЛАСОВАНО

ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ

05 сентября 2023 год

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	150	200	5,2	8,2	26,9	202,2	182
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	50	70	9,5	7,8	12,9	167,1	222
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	200	3,1	2,4	17,2	103,5	379
БАТОН	30	40	2,3	0,9	15,4	78,6	
ЙОГУРТ М.Ж.Д.2,5 %	95	95	1,9	1,4	2,9	45,6	
Итого за прием пищи:	525	605	22,0	20,7	75,3	597,0	
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	60	100	0,8	3,5	2,6	46,1	43
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	200	250	1,6	4,0	11,7	90,2	83
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	100	13,5	10,4	14,5	205,0	234
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	180	3,2	9,3	20,7	178,8	126
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	200	0,7	0,3	20,2	98,1	388
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	740	1090	22,4	27,9	86,7	699,8	
Полдник							
КЕФИР	200	200	6	5,2	8,3	109,7	396
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	150	0,3	0,3	6,3	30,4	338
Итого за прием пищи:	300	350	6,3	5,5	14,6	140,1	
Всего за день:			50,7	54,1	176,6	1436,9	

Зав. производством _____



СОГЛАСОВАНО

ИП

Шашенкова Л.Н.

Шашенкова Л.Н.

Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ

06 сентября 2023 год

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	60	60	1,8	0,1	3,8	23,3	к/к
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	120	9,5	17,2	1,8	198,5	210
ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	90	100	19,7	23,2	8,1	319,6	295
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	200/15/7	0,2	0	15,0	61,6	377
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	50	2	0,3	12,7	61,2	
Итого за прием пищи:	502	552	33,2	40,8	41,4	664,2	
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	100	0,8	5,8	4,4	74,9	67
РАССОЛЬНИК С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ	200	250	1,8	4,1	12,4	94,7	96
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	100	17,1	16,7	2,3	227,6	246
РИС ОТВАРНОЙ	150	180	3,6	5,9	38,5	222	304
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	200	0,1	0,1	25,2	102,0	344
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	750	890	26,0	33,0	99,8	802,8	
Полдник							
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385
БАТОН	100	160	7,5	2,9	51,4	262	
Итого за прием пищи:	300	360	13,4	8,0	61,2	372,5	
Всего за день:			72,6	81,8	202,4	1839,5	

Зав. производством _____



СОГЛАСОВАНО

ИП ШАШЕНКОВА

Шашенкова Л.Н.

Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ

07 сентября 2023 год

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	100	0,8	3,6	2,9	48,6	23
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	250	18,9	21,4	19,5	348,8	259
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200	3,9	3,3	16,7	113,2	382
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	500	600	26,2	28,7	56,1	590,2	
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	100	0,6	3,6	1,7	41,0	20
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	250	7,8	9,4	11,1	158,0	113
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	120	10,1	5,5	3,0	101,9	229
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	180	3,2	5,3	21,4	145,7	128
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	200	0	0	15,5	61,9	349
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	2,6	0,4	17	81,6	
БАТОН	50	70	3,8	1,5	25,7	131	
Итого за прием пищи:	800	980	28,1	25,7	95,4	721,1	
Полдник							
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	150	0,4	0,4	9,5	45,6	338
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200	1	0,2	19,6	83,4	389
Итого за прием пищи:	300	350	1,4	0,6	29,1	129,0	
Всего за день:			55,7	55,0	180,6	1440,3	

Зав. производством _____



ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор школы



МЕНЮ
08 сентября 2023 год

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	200	5,9	9,4	22,8	201,2	173
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	50	5,8	9,4	15,4	170,6	3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	200/15/7	0,2	0	15,0	61,6	377
ЙОГУРТ М.Д.Ж 2,5 %	95	95	2,7	2,4	4,3	53,7	
Итого за прием пищи:	517	617	14,6	21,2	57,5	487,1	
Обед							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	100	1,0	3,6	5,7	60,1	49
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	250	9,1	2,8	22,2	150,9	54-11с-2020
ПЛОВ	200	250	22,5	23,3	34,7	438,5	265
КИСЕЛЬ ИЗ ЭКСТРАТА	200	200	0	0	29,3	117,1	882
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	2,6	0,4	17	61,6	
Итого за прием пищи:	700	860	35,2	30,1	108,9	848,2	
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	100	150	7,5	9,8	74,4	417	
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	200	0,1	0,1	26,4	108	438
Итого за прием пищи:	300	350	7,6	9,9	100,8	525	
Всего за день:			57,4	61,2	267,2	1860,3	

Зав. производством _____



СОГЛАСОВАНО

ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ
09 сентября 2023 год

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	100	0,5	0,1	1,5	8,4	
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ	200	200	26,0	14,6	70,3	514,1	391
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	200/15/7	0,2	0	15,0	61,8	377
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	50	2	0,3	12,7	61,2	
Итого за прием пищи:	512	572	28,7	15,0	99,5	645,3	
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	100	0,7	0,1	2,3	14,5	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	250	1,5	4,1	8,8	77,4	99
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	100	12,6	9,2	3,8	153,3	232
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	180	3,2	5,3	21,4	145,7	128
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	200	0,7	0,3	20,2	98,1	388
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	2,6	0,4	17	81,6	
БАТОН	50	60	3,8	1,5	25,7	131	
Итого за прием пищи:	800	950	25,1	20,9	99,2	701,6	
Полдник							
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	150	0,4	0,4	9,5	45,6	338
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200	1	0,2	19,6	83,4	389
Итого за прием пищи:	300	350	1,4	0,6	29,1	129,0	
Всего за день:			55,2	36,5	227,8	1475,9	

Зав. производством _____



Шашенкова Л.Н.

Директор школы



МЕНЮ

11 сентября 2023 год

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	100	1,0	2,9	5,2	51,9	45
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	100	17,2	18,5	2,5	245,2	246
РИС ОТВАРНОЙ	150	180	3,6	5,9	38,5	222	304
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	200/15/7	0,2	0	15,0	61,6	377
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	50	2	0,3	12,7	61,2	
Итого за прием пищи:	562	652	24,0	27,6	73,9	641,9	
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	100	0,8	3,6	2,9	48,6	23
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	250	2,4	2,4	15,3	92,1	101
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	90	100	9,5	11,4	10,3	185,0	268
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	180/5	5,6	4,7	35,9	208,5	203
СОУС ТОМАТНЫЙ 783	50	50	0,5	2,4	3,4	37,6	783
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	200	0	0	15,5	61,9	349
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	795	945	21,4	24,9	100,3	715,3	
Полдник							
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ С САХАРОМ	200	200	1,4	0,3	43,0	188,7	339
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385
Итого за прием пищи:	400	400	7,3	5,4	52,8	299,2	
Всего за день:			52,7	57,9	227,0	1656,4	

Зав. производством _____



Целенкова Л.Н.

Директор школы



МЕНЮ

12 сентября 2023 год

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША "ДРУЖБА"	150	200	4,2	7,9	23,8	183,4	175
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	50	100	6,9	5,9	7,6	112,7	223
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200	3,9	3,3	16,7	113,2	382
ЙОГУРТ М.Д.Ж.2,5 %	95	95	2,7	2,4	4,3	63,7	
БАТОН	35	50	2,6	1	18	91,7	
Итого за прием пищи:	530	645	20,3	20,5	70,4	554,7	
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	60	100	0,8	3,5	2,6	46,1	43
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	250	1,5	4,0	10,0	82,5	82
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	90	120	8,4	7,5	12,3	151,2	2620
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	180	3,2	5,3	21,4	145,7	128
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	200	0,2	0,2	23,2	95,6	342
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	2,6	0,4	17	81,6	
БАТОН	50	60	3,8	1,5	25,7	131	
Итого за прием пищи:	790	970	20,5	22,4	112,2	733,7	
Полдник							
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200	1	0,2	19,6	83,4	389
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	100	50	5,7	22,8	38,8	383,5	1
Итого за прием пищи:	300	350	6,7	23,0	58,4	466,9	
Всего за день:			47,5	65,9	241,0	1755,3	

Зав. производством _____



СОГЛАСОВАНО

Шашенкова Л.Н.

Директор школы



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ

13 сентября 2023 год

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	100	0,7	0,1	5,1	24,5	59
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	200	17,0	21,8	17,4	335,8	309
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	0,3	0	11,5	47,1	376
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	50	2,8	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	500	550	20,6	22,3	51,0	489,0	
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	100	0,7	0,1	2,3	14,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	250	3,1	4,1	17,6	118,9	108
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	250	16,9	37,1	13,7	458,7	139-256
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200	1	0,2	19,6	83,4	389
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	2,8	0,4	17	81,6	
ПЕЧЕНЬЕ	20	20	1,5	2	14,9	83,4	
Итого за прием пищи:	720	880	25,8	43,9	85,1	840,5	
Полдник							
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	110	150	8,2	8,0	17,7	176,7	217
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200	3,9	3,3	16,7	113,2	382
Итого за прием пищи:	310	350	12,1	11,3	34,4	289,9	
Всего за день:			58,5	77,5	170,5	1619,4	

Зав. производством _____



Шашенкова Л.Н. Директор школы



МЕНЮ
14 сентября 2023 год

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	155	250	4,7	4,4	14,2	116,1	120
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	50	5,8	9,4	15,4	170,6	3
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100	0,4	0,4	9,5	45,6	338
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200	3,9	3,3	16,7	113,2	382
ЙОГУРТ М.Д.Ж.2,5	95	95	2,7	2,4	4,3	53,7	
Итого за прием пищи:	600	695	17,5	19,9	60,1	499,2	
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	100	0,7	0,1	2,3	14,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	250	6,2	5,8	14,3	135,4	104
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	100	12,6	9,1	3,8	153,1	232
РИС ОТВАРНОЙ	150	180	3,6	5,9	38,5	222	304
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	200	0	0	15,5	61,9	349
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	750	1090	25,7	21,3	91,4	668,5	
Полдник							
ОЛАДЫ ИЗ ТВОРОГА	100	150	11,0	7,7	34,4	248,4	225
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	0,3	0	11,5	47,1	376
Итого за прием пищи:	300	350	11,3	7,7	45,9	295,5	
Всего за день:			54,5	48,9	197,4	1463,2	

Зав. производством _____



Шашенкова Л.Н.

Директор школы



МЕНЮ

15 сентября 2023 год

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	100	0,6	3,6	1,7	41,0	20
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	100	100	17,9	19,7	2,8	259,4	256
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ	150	180	4,5	4,5	32,1	187,5	171
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	200	2,9	2,4	15,7	96,6	378
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	40	2	0,3	12,7	61,2	
Итого за прием пищи:	540	620	27,9	30,5	65,0	645,7	
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	100	2,8	5,7	4,2	79,8	50
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	250	1,5	4,1	8,3	75,9	98
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	100	25,4	28,0	14,5	409,8	294
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	180	3,2	5,3	21,4	145,7	128
СОУС ТОМАТНЫЙ 783	50	50	0,5	2,4	3,4	37,8	783
КИСЕЛЬ ИЗ ЭКСТРАТА	200	200	0	0	29,3	117,1	882
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	790	940	36,0	45,9	98,1	947,5	
Полдник							
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	200	0,4	0,4	9,5	45,6	338
КЕФИР	200	150	6	5,2	8,3	109,7	386
Итого за прием пищи:	300	350	6,4	5,6	17,8	155,3	
Всего за день:			70,3	82,0	180,9	1748,5	

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"



Шашенкова Л.Н.

Директор школы



МЕНЮ

18 сентября 2023 год

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Горячее питание 1-4 класс							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	20,00	0,7	0,1	2,3	14,5	
ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ КУР	200	64,00	16,3	23,5	33,8	412,4	291
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	7,00	0,2	0	15,0	61,6	377
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	3,00	2	0,3	12,7	61,2	
Итого за прием пищи:	512	94,00	19,2	23,9	63,8	549,7	

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"



ИП Шашенкова Л.Н.

Директор школы



МЕНЮ

19 сентября 2023 год

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Горячее питание 1-4 класс							
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	150	19,20	5,2	8,2	26,9	202,2	182
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	50	39,60	9,5	7,8	12,9	167,1	222
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	10,00	3,1	2,4	17,2	103,5	379
БАТОН	30	5,00	2,3	0,9	15,4	78,6	
ЙОГУРТ М.Ж.Д 2,5 %	95	20,00	1,9	1,4	2,9	45,6	
Итого за прием пищи:	525	94,00	22,0	20,7	75,3	597,0	

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП _____ Шашенкова Л.Н.

Директор школы _____



МЕНЮ

20 сентября 2023 год

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Горячее питание 1-4 класс							
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	60	11,00	1,8	0,1	3,8	23,3	к/к
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	36,00	9,5	17,2	1,8	198,5	210
ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	90	37,00	19,7	23,2	8,1	319,6	295
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	7,00	0,2	0	15,0	61,6	377
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	3,00	2	0,3	12,7	61,2	
Итого за прием пищи:	502	94,00	33,2	40,8	41,4	664,2	

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП _____ Шашенкова Л.Н.

Директор школы _____



МЕНЮ

21 сентября 2023 год

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Горячее питание 1-4 класс							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	15,00	0,8	3,6	2,9	48,6	23
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	66,00	18,9	21,4	19,6	346,8	259
КАКАО С МОЛОКОМ	200	10,00	3,9	3,3	16,7	113,2	382
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	500	94,00	26,2	28,7	56,1	590,2	

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"

ИП _____

Шашенкова Л.Н.

Директор школы _____

"УТВЕРЖДАЮ"

МЕНЮ
22 сентября 2023 год

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 7-11 ЛЕТ							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	10,00	1,0	3,6	5,7	60,1	49
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	13,00	9,1	2,6	22,2	150,9	54-110-2020
ПЛОВ	200	42,00	22,5	23,3	34,7	438,5	265
КИСЕЛЬ ИЗ ЭКСТРАТА	200	7,00	0	0	29,3	117,1	882
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	700	75,00	35,2	30,1	108,9	848,2	

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"

ИП _____

Шашенкова Л.Н.

Директор школы _____

"УТВЕРЖДАЮ"

МЕНЮ
23 сентября 2023 год

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 7-11 ЛЕТ							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	10,00	0,7	0,1	2,3	14,5	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	10,00	1,5	4,1	8,8	77,4	99
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	29,00	12,6	9,2	3,8	153,3	232
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	11,00	3,2	5,3	21,4	145,7	128
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	7,00	0,7	0,3	20,2	98,1	388
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
БАТОН	50	5,00	3,8	1,5	25,7	131	
Итого за прием пищи:	800	75,00	25,1	20,9	99,2	701,6	

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор школы

МЕНЮ

18 сентября 2023 год

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 7-11 ЛЕТ							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	60	10,00	1,0	3,6	5,7	60,1	49
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	9,00	4,9	5,4	17,3	136,1	102
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	35,00	18,9	26,2	14,8	370,0	294
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	11,00	2,7	3,3	17,5	110,8	203
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,00	0	0	15,5	61,9	349
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	790	75,00	30,1	38,9	87,8	820,5	

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО

ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор школы

МЕНЮ

19 сентября 2023 год

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 7-11 ЛЕТ							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	60	11,00	0,8	3,5	2,6	46,1	43
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	200	10,00	1,6	4,0	11,7	90,2	83
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	33,00	13,5	10,4	14,5	205,0	234
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	11,00	3,2	9,3	20,7	178,8	128
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	7,00	0,7	0,3	20,2	98,1	388
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	740	75,00	22,4	27,9	86,7	699,8	

Зав. производством

"СОГЛАСОВАНО"

ИП

Шапенкова Л.Н.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор школы

МЕНЮ

20 сентября 2023 год

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 7-11 ЛЕТ							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	10,00	0,8	5,8	4,4	74,9	67
РАССОЛЬНИК С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ	200	8,00	1,8	4,1	12,4	94,7	96
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	37,00	17,1	18,7	2,3	227,6	246
РИС ОТВАРНОЙ	150	10,00	3,6	5,9	38,5	222	304
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	7,00	0,1	0,1	25,2	102,0	344
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	750	75,00	26,0	33,0	99,8	802,8	

Зав. производством

"СОГЛАСОВАНО"

ИП

Шапенкова Л.Н.

МЕНЮ

21 сентября 2023 год

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор школы

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ 7-11 ЛЕТ							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	10,00	0,6	3,6	1,7	41,0	20
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	11,00	7,8	9,4	11,1	158,0	113
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	28,00	10,1	5,5	3,0	101,9	229
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	11,00	3,2	5,3	21,4	145,7	128
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	7,00	0	0	15,5	61,9	349
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
БАТОН	50	5,00	3,8	1,5	25,7	131	
Итого за прием пищи:	800	75,00	28,1	26,7	95,4	721,1	

Зав. производством

"СОГЛАСОВАНО"

ИП _____ Шашенкова Л.Н. Директор школы

"УТВЕРЖДАЮ"



МЕНЮ

22 сентября 2023 год

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
Горячее питание 1-4 класс							
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	150	19,00	5,9	9,4	22,8	201,2	173
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	48,00	5,8	9,4	15,4	170,6	3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	7,00	0,2	0	15,0	61,6	377
ЙОГУРТ М.Д.Ж 2,5 %	95	20,00	2,7	2,4	4,3	53,7	
Итого за прием пищи:	517	94,00	14,6	21,2	57,5	487,1	

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"

ИП _____ Шашенкова Л.Н. Директор школы

"УТВЕРЖДАЮ"



МЕНЮ

23 сентября 2023 год

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки г	Жиры г	Углеводы, г		
Горячее питание 1-4 класс							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	10,00	0,5	0,1	1,5	8,4	
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ	200	74,00	26,0	14,6	70,3	514,1	391
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	7,00	0,2	0	15,0	61,6	377
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	3,00	2	0,3	12,7	61,2	
Итого за прием пищи:	512	94,00	28,7	15,0	99,5	645,3	

Зав. производством _____