

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБОУ СОШ (ООШ) № _____

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ
№ 20 МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОР. РАЙОНА ИЖЕМСК ГЕРБЯ
СОБИТОВСКОГО РАЙОНА ИЖЕМСКОЙ
ОБЛАСТИ

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор
ООО «Комбинат питания КК»
Чепига В.И.



МЕНЮ

ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

10 ДНЕЙ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12 лет и старше

ОБЕД (ЛЕТНЕ – ОСЕННИЙ ПЕРИОД)

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12-18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|-------------------------|--------------------------------------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-----------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 1 | Сыр полутвердый (порциями) | 15 | 3,48 | 4,43 | 0 | 53,7 | 75 | 7,00 Р |
| ЗАВТРАК | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,6 | 93,1 | Пром | 2,35 Р |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,2 | 0,60 | 16,1 | 82,6 | Пром | 3,18 Р |
| | Каша рисовая молочная жидкая | 250 | 6,4 | 8,1 | 40,1 | 259,4 | 236 | 13,10 Р |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 457 | 2,21 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,6 | 70,3 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 695 | 16,88 | 14,13 | 99,7 | 597,1 | | 35,84 Р |
| ОБЕД | Суп картофельный с бобовыми (гоорох) | 250 | 6,3 | 3,6 | 14,5 | 115,3 | 113 | 34,15 Р |
| | Плов из отварной курицы | 230 | 14,12 | 9,42 | 28,48 | 255,96 | 375 | 53,14 Р |
| | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 85,8 | 501 | 15,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 80 | 6,06 | 0,69 | 39,09 | 185,94 | Пром | 3,48 Р |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4 | 0,8 | 20,1 | 103,4 | Пром | 3,33 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,6 | 70,3 | 113 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 960 | 32,08 | 15,31 | 136,97 | 816,7 | | 117,10 Р |
| ПОЛДНИК | Булочка сырная | 90 | 5,1 | 6 | 11 | 140,5 | ТТК-1 | 50,00 Р |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,8 | 2,5 | 13,6 | 88 | 465 | 8,36 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 46,8 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 390 | 8,3 | 8,9 | 34,4 | 275,6 | | 66,36 Р |

Зав. производством _____

| | | | | | | | |
|--------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|--------------|-------|-----------------|
| Сыр полутвердый | 15 | 3,48 | 4,43 | 0 | 53,7 | 75 | 7,00 Р |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,6 | 93,1 | Пром | 2,35 Р |
| Хлеб ржаной | 40 | 3,2 | 0,60 | 16,1 | 82,6 | Пром | 3,18 Р |
| Каша рисовая молочная жидкая | 250 | 6,4 | 8,1 | 40,1 | 259,4 | 236 | 13,10 Р |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 457 | 2,21 Р |
| Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,6 | 70,3 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 695 | 16,88 | 14,13 | 99,7 | 597,1 | | 35,84 Р |
| Суп картофельный с бобовыми (гоорох) | 250 | 6,3 | 3,6 | 14,5 | 115,3 | 113 | 34,15 Р |
| Плов из отварной курицы | 230 | 14,12 | 9,42 | 28,48 | 255,96 | 375 | 53,14 Р |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 85,8 | 501 | 15,00 Р |
| Хлеб пшеничный | 80 | 6,06 | 0,69 | 39,09 | 185,94 | Пром | 3,48 Р |
| Хлеб ржаной | 50 | 4 | 0,8 | 20,1 | 103,4 | Пром | 3,33 Р |
| Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,6 | 70,3 | 113 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 960 | 32,08 | 15,31 | 136,97 | 816,7 | | 117,10 Р |
| Булочка сырная | 90 | 5,1 | 6 | 11 | 140,5 | ТТК-1 | 50,00 Р |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,8 | 2,5 | 13,6 | 88 | 465 | 8,36 Р |
| Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 46,8 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 390 | 8,3 | 8,9 | 34,4 | 275,6 | | 66,36 Р |

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



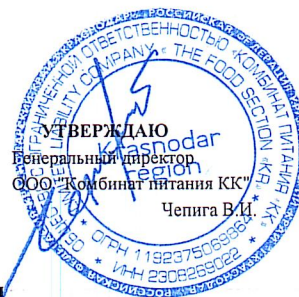
МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12-18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|------------------|---------------------------------|------------|------------------|-------|----------|-------------------------|-----------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 2 | Рыба тушеная в томате с овощами | 100 | 9,78 | 1,64 | 4,78 | 73,57 | 299 | 50,62 Р |
| ЗАВТРАК | Пюре картофельное | 180 | 4,9 | 7,2 | 10,4 | 125,9 | 377 | 19,10 Р |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,7 | 2,2 | 14,1 | 87,3 | 465 | 8,36 Р |
| | Кондитерское изделие (печенье) | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83 | 582 | 25,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,6 | 93,3 | Пром | 2,35 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12,1 | 62,1 | Пром | 2,38 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 550 | 24,08 | 13,94 | 74,08 | 517,17 | | 107,81 Р |
| ОБЕД | Овощи натуральные (огурец) | 100 | 0,8 | 0 | 2,5 | 14 | 106 | 8,20 Р |
| | Свекольник | 250 | 2,4 | 4,8 | 10,4 | 93,7 | 98 | 30,00 Р |
| | Биточки по-Кубански | 100 | 10 | 22,11 | 27,8 | 251,1 | ТТК-17 | 53,00 Р |
| | Рагу из овощей | 180 | 3,42 | 7,74 | 16,84 | 153 | 177 | 8,24 Р |
| | Компот из свежих плодов и ягод | 200 | 0,10 | 0,10 | 11,6 | 47,8 | 486 | 6,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 5,4 | 0,6 | 34,7 | 164,8 | пром | 3,28 Р |
| | Хлеб ржаной | 45 | 3,6 | 0,7 | 18,1 | 93,1 | пром | 3,23 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 945 | 25,72 | 36,05 | 121,94 | 817,5 | | 111,95 Р |
| ПОЛДНИК | Ватрушка с творожным фаршем | 100 | 16,4 | 14 | 56,5 | 346,2 | 634/567 | 59,00 Р |
| | Сок | 200 | 0,6 | 0 | 33 | 136 | 501 | 10,00 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,1 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 400 | 17,4 | 14,4 | 99,3 | 529,2 | | 77,00 Р |

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12-18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|-------------------------|-------------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|-----------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 3 | Овощи натуральные (огурец) | 100 | 0,8 | 0,0 | 2,5 | 14 | 106 | 8,20 Р |
| ЗАВТРАК | Тефтели из говядины с рисом | 120 | 12,6 | 9,75 | 14,55 | 196,5 | 350 | 62,00 Р |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,5 | 4,9 | 29,5 | 184,3 | 256 | 12,00 Р |
| | Чай с молоком | 180 | 1,4 | 1,2 | 10,4 | 57,6 | 460 | 8,00 Р |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8,1 | 41,6 | 574 | 1,59 Р |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,2 | 573 | 1,76 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 600 | 24,2 | 16,4 | 79,7 | 564,2 | | 93,55 Р |
| ОБЕД | Рассольник | 250 | 2,2 | 4,6 | 8,1 | 82,3 | 99 | 15,20 Р |
| | Котлеты рыбные | 120 | 15 | 1,8 | 6,2 | 100,8 | 308 | 52,00 Р |
| | Соус красный основной | 30 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 54-3 | 6,00 Р |
| | Каша рассыпчатая рисовая с овощами | 180 | 4,1 | 3,7 | 40,9 | 213,3 | 211 | 14,00 Р |
| | Компот из свежих плодов и ягод | 200 | 0,1 | 0,1 | 11,6 | 47,8 | 486 | 6,00 Р |
| | Кондитерские изделия (вафли) | 30 | 1,2 | 9,3 | 19 | 164,8 | 580 | 25,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,3 | Пром | 3,02 Р |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,2 | 0,6 | 16 | 82,4 | Пром | 3,18 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 910 | 31,4 | 21,3 | 134 | 853,5 | | 124,40 Р |
| ПОЛДНИК | Котлета говяжья, запеченная в тесте | 80 | 11,09 | 11,43 | 14,86 | 131,43 | ТТК-5 | 57,51 Р |
| | Напиток из шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 18,3 | 77,9 | 496 | 8,97 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,65 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 430 | 12,39 | 12,33 | 47,86 | 279,98 | | 74,48 Р |

| | | | | | | | | |
|--|--------------------------|--|-------|-------|-------|--------|-------|----------|
| | Зав. производством _____ | | 1,6 | 0,1 | 11 | 1,6 | | |
| | | | 1,2 | 1,2 | 1,2 | | | |
| | | | 4,1 | 3,7 | | | | |
| | | | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,2 | 573 | 1,76 Р |
| | | | 24,2 | 16,4 | 79,7 | 564,2 | | 93,55 Р |
| | | | 2,2 | 4,6 | 8,1 | 82,3 | 99 | 15,20 Р |
| | | | 15 | 1,8 | 6,2 | 100,8 | 308 | 52,00 Р |
| | | | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 54-3 | 6,00 Р |
| | | | 4,1 | 3,7 | 40,9 | 213,3 | 211 | 14,00 Р |
| | | | 0,1 | 0,1 | 11,6 | 47,8 | 486 | 6,00 Р |
| | | | 1,2 | 9,3 | 19 | 164,8 | 580 | 25,00 Р |
| | | | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,3 | Пром | 3,02 Р |
| | | | 3,2 | 0,6 | 16 | 82,4 | Пром | 3,18 Р |
| | | | 31,4 | 21,3 | 134 | 853,5 | | 124,40 Р |
| | | | 11,09 | 11,43 | 14,86 | 131,43 | ТТК-5 | 57,51 Р |
| | | | 0,7 | 0,3 | 18,3 | 77,9 | 496 | 8,97 Р |
| | | | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,65 | 112 | 8,00 Р |
| | | | 12,39 | 12,33 | 47,86 | 279,98 | | 74,48 Р |

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12-18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|------------------|------------------------------------|------------|------------------|-------|----------|-------------------------|-----------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 4 | Овощи натуральные (помидор) | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 24,1 | 106 | 8,21 Р |
| ЗАВТРАК | Птица в соусе с томатом | 110 | 10,45 | 12,18 | 2,43 | 161,06 | 367 | 53,50 Р |
| | Картофель отварной с маслом | 150 | 4,14 | 7,71 | 15,43 | 147,14 | 152 | 12,33 Р |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 69,8 | Пром | 1,76 Р |
| | Кисломолочный продукт (кефир 2,5%) | 180 | 5,2 | 4,5 | 7,2 | 90,7 | 470 | 14,40 Р |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8,1 | 41,8 | Пром | 1,59 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,1 | 0,3 | 8,9 | 44 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 690 | 24,89 | 25,39 | 60,56 | 578 | | 99,79 Р |
| ОБЕД | Овощи натуральные (помидор) | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 24,1 | 106 | 8,21 Р |
| | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,9 | 4,4 | 7 | 75 | 95 | 13,35 Р |
| | Сметана 15% | 10 | 0,2 | 1,5 | 0,3 | 15,9 | 433 | 6,00 Р |
| | Голубцы ленивые | 180 | 19,8 | 22,32 | 7,2 | 275,2 | 333 | 45,00 Р |
| | Соус красный основной | 30 | 1,1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 54-3 | 6,00 Р |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 20,1 | 84 | 495 | 6,02 Р |
| | Кондитерское изделие (печенье) | 25 | 1,9 | 2,5 | 18,6 | 103,8 | 582 | 25,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,2 | Пром | 3,02 Р |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,2 | 0,6 | 16 | 82,4 | Пром | 3,18 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 895 | 34,3 | 32,82 | 105,2 | 821,8 | | 115,78 Р |
| ПОЛДНИК | Слойка с повидлом | 70 | 8 | 10,7 | 4,5 | 148 | ТТК-23 | 50,00 Р |
| | Сок | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 120 | 501 | 10,00 Р |
| | Фрукты свежие (нектарин) | 100 | 0,1 | 0,3 | 8,9 | 44 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 370 | 9,5 | 11,2 | 39,8 | 312,2 | | 68,00 Р |

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12-18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|------------------|-------------------------------------|------------|------------------|-------|----------|-------------------------|-----------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 5 | Овощи натуральные (огурец) | 100 | 0,8 | 0,0 | 2,5 | 14 | 106 | 8,20 Р |
| ЗАВТРАК | Омлет натуральный | 150 | 12,9 | 19,6 | 3,23 | 240 | 268 | 33,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 69,8 | Пром | 1,76 Р |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8,1 | 41,6 | 574 | 1,59 Р |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 457 | 2,21 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 2,3 | 0,8 | 33 | 144 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 680 | 23,5 | 21,1 | 81,73 | 595,4 | | 54,76 Р |
| ОБЕД | Овощи натуральные (огурец) | 100 | 0,8 | 0,0 | 2,5 | 14 | 106 | 8,20 Р |
| | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 250 | 6,3 | 3,6 | 14,7 | 116,3 | 113 | 34,15 Р |
| | Тефтели куриные | 100 | 6,5 | 20 | 12,7 | 193,3 | ТТК-38 | 51,50 Р |
| | Соус красный основной | 30 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 54-3 | 6,00 Р |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,6 | 5,9 | 35,3 | 220,3 | 256 | 14,00 Р |
| | Компот из свежих плодов и ягод | 200 | 0,1 | 0,1 | 11,6 | 47,8 | 486 | 6,02 Р |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,5 | 140,2 | Пром | 3,02 Р |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,2 | 0,6 | 16 | 82,4 | Пром | 3,18 Р |
| | Фрукты (яблоко) | 100 | 0,1 | 0,3 | 8,39 | 44 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 1060 | 29,2 | 31,7 | 133,39 | 879,5 | | 134,07 Р |
| ПОЛДНИК | Котлета куриная, запеченная в тесте | 80 | 8,69 | 10,51 | 3,88 | 182,86 | ТТК-6 | 65,51 Р |
| | Сок | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86 | 501 | 10,00 Р |
| | Фрукты (яблоко) | 150 | 2,2 | 0,8 | 32 | 139,7 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 430 | 11,89 | 11,51 | 56,08 | 408,56 | | 83,51 Р |

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12-18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|------------------|------------------------------------|------------|------------------|-------|----------|-------------------------|-----------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 6 | Овощи натуральные (помидор) | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 24,1 | 106 | 8,21 Р |
| | Масло сливочное (порциями) | 15 | 0,1 | 1,1 | 0 | 9,9 | 79 | 6,00 Р |
| ЗАВТРАК | Котлеты пермские | 100 | 16 | 15,5 | 12 | 253 | 341 | 56,60 Р |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 69,8 | Пром | 1,76 Р |
| | Рагу из овощей | 180 | 3,42 | 7,74 | 16,84 | 153 | 177 | 9,00 Р |
| | Какао с молоком | 180 | 3 | 2,6 | 12,4 | 84,5 | 462 | 9,36 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12,1 | 62,1 | Пром | 2,38 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 46,8 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 735 | 28,72 | 28,24 | 81,64 | 703,4 | | 101,31 Р |
| ОБЕД | Суп из овощей | 250 | 2 | 4,6 | 6,4 | 74,4 | 116 | 34,00 Р |
| | Сердце в соусе (говяжье) | 100 | 18 | 5,5 | 5,7 | 145,3 | 361 | 60,00 Р |
| | Каша рассыпчатая рисовая с овощами | 180 | 4,1 | 3,7 | 40,9 | 213,3 | 211 | 14,00 Р |
| | Компот из свежих плодов и ягод | 200 | 0,1 | 0,1 | 11,6 | 47,8 | 486 | 6,02 Р |
| | Кондитерское изделие (вафли) | 30 | 1,17 | 9,18 | 18,75 | 162,3 | 580 | 25,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,6 | 0,5 | 29,6 | 140,9 | Пром | 3,02 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0,5 | 12,2 | 62,4 | Пром | 2,38 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 2,3 | 0,8 | 33 | 144 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 1000 | 35,27 | 24,88 | 166,65 | 1026,6 | | 152,42 Р |
| ПОЛДНИК | Суфле из творога | 180 | 30,8 | 8,5 | 33,3 | 331,60 | 284 | 32,00 Р |
| | Соус молочный (сладкий) | 20 | 0,5 | 1 | 1,6 | 16,9 | 406 | 6,00 Р |
| | Какао с молоком | 200 | 3,3 | 2,9 | 13,8 | 93,9 | 462 | 9,43 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 400 | 34,6 | 12,4 | 48,7 | 442,4 | | 47,43 Р |

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12-18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|-------------------------|------------------------------------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-----------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 7 | Рыбные палочки | 110 | 4,58 | 13,2 | 6,6 | 146,91 | ТТК-3 | 55,21 Р |
| | Соус красный основной | 30 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 54-3 | 6,00 Р |
| | Каша рассыпчатая рисовая с овощами | 160 | 3,66 | 3,3 | 36,2 | 188,95 | 211 | 13,25 Р |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,7 | 2,2 | 14,1 | 87,3 | 465 | 8,36 Р |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,5 | Пром | 2,35 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12,1 | 62,1 | Пром | 2,38 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 550 | 17,14 | 20,3 | 89,6 | 591,96 | | 87,55 Р |
| | Овощи натуральные (огурец) | 100 | 0,8 | 0 | 2,5 | 14 | 106 | 8,20 Р |
| | Рассольник ленинградский | 250 | 2,6 | 5,1 | 13,2 | 109,1 | 100 | 15,20 Р |
| | Птица в соусе с томатом | 100 | 9,5 | 11,07 | 2,21 | 146,43 | 367 | 52,28 Р |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,6 | 5,9 | 35,3 | 220,3 | 256 | 14,00 Р |
| | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 85,8 | 501 | 15,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 5,3 | 0,6 | 34,5 | 164,8 | Пром | 3,28 Р |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4 | 0,8 | 20,1 | 103,4 | Пром | 3,33 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 950 | 29,8 | 23,67 | 128,01 | 843,83 | | 111,29 Р |
| | Булочка ванильная | 70 | 5,6 | 5,7 | 31,3 | 199,2 | 422 | 50,00 Р |
| | Чай с молоком | 200 | 1,6 | 1,3 | 11,5 | 63,9 | 460 | 8,00 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 0,45 | 0,45 | 13,35 | 66 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 420 | 7,65 | 7,45 | 56,15 | 329,1 | | 66,00 Р |

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12-18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|-------------------------|--|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-----------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 8 | Запеканка картофельная с сердцем (говяжье) | 200 | 14,72 | 4,96 | 18,16 | 176 | 354 | 62,15 Р |
| ЗАВТРАК | Соус красный основной | 50 | 1,7 | 1,2 | 4,4 | 35,3 | 54-3 | 6,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,5 | 0,5 | 29,3 | 139,3 | пром | 3,02 Р |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 457 | 2,21 Р |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,1 | 82,6 | пром | 3,18 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 550 | 29,92 | 12,56 | 77,06 | 540,2 | | 76,56 Р |
| ОБЕД | Овощи натуральные (помидор) | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 24,1 | 106 | 8,21 Р |
| | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,9 | 4,4 | 7 | 75 | 95 | 13,35 Р |
| | Сметана 15% | 10 | 0,2 | 1,5 | 0,3 | 15,9 | 433 | 6,00 Р |
| | Плов из говядины | 210 | 17,14 | 19,15 | 36,37 | 386,4 | 330 | 61,65 Р |
| | Компот из свежих плодов и ягод | 200 | 0,1 | 0,1 | 11,6 | 47,8 | 486 | 6,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 5,3 | 0,6 | 34,4 | 164,8 | Пром | 3,28 Р |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4 | 0,77 | 20,1 | 103,4 | Пром | 3,33 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 890 | 29,74 | 26,72 | 113,57 | 816,4 | | 101,82 Р |
| ПОЛДНИК | Масло сливочное (порциями) | 20 | 0,2 | 1,5 | 0 | 13,2 | 79 | 12,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 4,5 | 0,3 | 19,7 | 93,5 | пром | 2,35 Р |
| | Булочка сырная | 90 | 5,1 | 6,0 | 11,0 | 140,5 | ТТК-1 | 50,00 Р |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,8 | 2,5 | 13,6 | 87,9 | 465 | 8,36 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 350 | 11,1 | 10,3 | 44,3 | 335,1 | | 72,71 Р |

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12-18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|------------------|----------------------------------|------------|------------------|-------|----------|-------------------------|-----------------|-----------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 9 | Сыр полутвердый (порциями) | 15 | 3,48 | 4,43 | 0 | 53,7 | 75 | 7,00 Р |
| ЗАВТРАК | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,5 | Пром | 2,35 Р |
| | Каша гречневая молочная | 250 | 3,13 | 5,8 | 34,4 | 222 | ТТК-236 | 16,00 Р |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 9,3 | 38 | 457 | 2,21 Р |
| | Кондитерское изделие (вафли) | 40 | 1,56 | 12,24 | 25 | 216,4 | 580 | 25,00 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12,1 | 62,1 | 574 | 2,38 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 575 | 13,77 | 23,37 | 100,5 | 685,7 | | 54,94 Р |
| ОБЕД | Суп картофельный с фрикадельками | 250 | 10,1 | 9,4 | 15,9 | 188,7 | 123/145 | 52,00 Р |
| | Рыба, запеченная с картофелем | 250 | 17,4 | 4,3 | 18,6 | 184,3 | 313 | 72,25 Р |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 20,1 | 84 | 495 | 6,02 Р |
| | Кондитерское изделие (вафли) | 40 | 1,56 | 12,24 | 25 | 216,4 | 580 | 25,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 5,4 | 0,6 | 34,8 | 164,8 | Пром | 3,28 Р |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,5 | 12,1 | 62,4 | Пром | 2,38 Р |
| | Фрукты свежие (нектарин) | 100 | 0,1 | 0,3 | 8,9 | 44 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 940 | 37,56 | 27,44 | 134,99 | 908,6 | | 168,93 Р |
| ПОЛДНИК | Слойка с яблоками | 70 | 8 | 12 | 9 | 125 | ТТК-26 | 50,00 Р |
| | Сок | 200 | 0,6 | 0 | 33 | 136 | 501 | 10,00 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,1 | 0,3 | 8,9 | 44 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 370 | 8,7 | 12,3 | 50,9 | 305 | | 68,00 Р |

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
 Директор
 МБОУ СОШ (ООШ) № _____



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12-18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2024 года

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Номер рецептуры | Стоимость |
|-------------------------|--|-------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-----------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| ДЕНЬ 10 | Суфле из творога паровое | 150 | 19,5 | 7,5 | 19,5 | 223,5 | 284 | 36,10 Р |
| ЗАВТРАК | Сметана 15% | 25 | 0,6 | 3,8 | 0,8 | 39,8 | 433 | 6,00 Р |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 69,8 | Пром | 1,76 Р |
| | Напиток из шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 18,3 | 77,9 | 496 | 8,97 Р |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,3 | 8,1 | 41,8 | 574 | 1,59 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 130 | 0,13 | 0,4 | 11,6 | 57,1 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 555 | 24,83 | 12,5 | 73 | 509,9 | | 62,42 Р |
| ОБЕД | Икра кабачковая | 100 | 1,9 | 8,9 | 7,7 | 119,2 | 115 | 8,50 Р |
| | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 250 | 2,9 | 4,2 | 12,2 | 97,8 | 129 | 13,10 Р |
| | Рыбные палочки | 120 | 5 | 14,4 | 7,2 | 160,27 | ТТК-3 | 55,41 Р |
| | Соус красный основной | 30 | 1 | 0,7 | 2,7 | 21,2 | 54-3 | 6,00 Р |
| | Пюре картофельное | 180 | 4,9 | 7,2 | 10,4 | 125,9 | 377 | 19,10 Р |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 5,4 | 0,6 | 34,8 | 164,8 | Пром | 3,28 Р |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,2 | 0,6 | 16 | 82,4 | Пром | 3,18 Р |
| | Напиток из шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 18,3 | 77,9 | 496 | 8,97 Р |
| | Фрукты (яблоки) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 1090 | 25,4 | 37,3 | 119,1 | 897,17 | | 125,54 Р |
| ПОЛДНИК | Котлета говяжья, запеченная в тесте | 80 | 11,09 | 11,43 | 14,86 | 131,43 | ТТК-5 | 57,50 Р |
| | Сок | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 120 | 501 | 10,00 Р |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 46,8 | 112 | 8,00 Р |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 380 | 8,6 | 6,4 | 49 | 298,23 | | 75,50 Р |

Зав. производством _____