

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57

57

МЕНЮ
на 20 мая 2024 г.



День: понедельник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Каша молочная пшеничная жидкая 150 гр	267/150	150	5,85	7,09	26,85	212,7	13,35
2	Чай с молоком, 200	495/2013	200	1,5	1,3	15,9	81	6,65
3	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
4	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,84
5	Батон 30	111/2013	30	2,26	0,88	15,42	78,6	3,83
6	Сыр порциями 25гр 366/2009	366/2009		8,7	11,07		136,5	23,77
7	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	27,25
Итого за Завтрак				20,77	21,26	101,31	705	97,44
2-й Завтрак								
1	Каша молочная пшеничная жидкая 200 гр	267/2013	200	7,8	9,46	35,8	283,6	17,79
2	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	10,04
4	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	2,55
5	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	27,25
Итого за 2-й Завтрак				10,28	18,09	80,81	556	60,00
Обед								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 60г 18-2009	24/2015	60	0,58	3,64	2,02	42,42	19,24
2	Суп с макаронными изделиями с птицей 250/25 147,487/2004		250/25					21,50
3	Плов из птицы (грудка) 180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	45,88
4	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,48
5	Хлеб 60г	109/2013	60	3,96	0,72	20,04	104,4	5,05
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,28
Итого за Обед				19,11	18,28	47,81	541,7	97,44
2-й Обед								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	32,07
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,30
3	Плов из птицы (грудка) 180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	45,88
4	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
5	Хлеб 16г	109/2013		0,99	0,18	5,01	26,1	1,35
Итого за 2-й Обед				18,15	24,97	42,06	581,48	85,00
Полдник								
1	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,63
2	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	6,96
Итого за Полдник				7,84	3,7	56,16	289,3	10,59
Буфет								
1	Салат из свеклы с солеными огурцами 100г 26-2009		100					13,17
2	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	11,21
3	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	35,58
4	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,30
5	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	17,73
6	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	17,50
7	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	24,81
8	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	49,51
9	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					67,64
10	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	13,75
11	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	12,69
12	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	29,27
13	Компот из изюма	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,67
14	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	7,65
15	Сосиска в тесте запеченная 100г		100					27,31
16	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Каша жидкая овсяная Геркулес 200 гр б/с	266/2013	205	7,16	9,4	28,8	228,4	15,95
2	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					9,45
3	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,49
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №

51.

МЕНЮ
на 22 мая 2024 г.

День: среда

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
				5	6	7	8	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Запеканка из творога со сгущенным молоком 125/10	313/2013		21,2	22,41	29,16	408,83	68,20
2	Каша молочная " Геркулес " жидкая 150гр	266/2013	150	5,37	7,05	21,6	171,3	13,15
3	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
4	Сыр порциями 10 гр 366/2009	366/2009	10	3,48	4,43		54,6	9,81
5	Батон 30	111/2013	30	2,26	0,88	15,42	78,6	3,83
Итого за Завтрак				32,41	34,77	81,18	773,33	97,44
2-й Завтрак								
1	Запеканка из творога №366 /2004 75/10	366/2004	75/10	13,67	14,55	25,81	310,9	43,90
2	Каша молочная " Геркулес " жидкая 100гр	266/2013	100	3,58	4,7	14,4	114,2	9,21
3	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
4	Батон 35	111/2013	35	3,48	1	17,88	91,17	4,47
Итого за 2-й Завтрак				20,83	20,25	73,09	576,27	60,00
Обед								
1	Огурцы свежие 60г -2009-246							18,79
2	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	11,22
3	Рыба , тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	45,56
4	Рис отварной 150гр	414/2013	150	3,69	6,07	33,81	204,6	14,24
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
6	Хлеб 46г	109/2013	46	3,03	0,55	15,36	80,04	3,87
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,28
Итого за Обед				23,17	18,36	90,73	621,84	97,44
2-й Обед								
1	Огурцы свежие 40г -2009-246	246/2009	40	0,48	0,08	1,84	9,6	12,53
2	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	11,22
3	Рыба , тушенная в томате с овощами, 120 г	343/2013		11,3	6,12	5,35	121,55	38,73
4	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	17,09
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
6	Хлеб 35г	109/2013	35	2,31	0,42	11,69	60,9	2,94
Итого за 2-й Обед				20,91	18,16	89,57	605,55	85,00
Полдник								
1	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	17,62
2	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	12,23
Итого за Полдник				8,7	6,86	57,02	324,63	29,85
Буфет								
1	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	7,61
2	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	34,97
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	12,21
4	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	4,47
5	Плов из говядины 180гр	244/2015	180	18,36	17,2	29,25	356,4	85,09
6	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
7	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	7,65
8	Булочка ванильная 50	311/2009	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,26
9	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	10,74
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,87
2	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	71,64
3	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,36
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 54

МЕНЮ
на 23 мая 2024 г.

День: четверг

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Каша гречневая вязкая на молоке 150	104/2009	150	6,59	6,81	29,16	204,32	17,26
2	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	12,41
3	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	18,99
4	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	15,06
5	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	5,10
6	Хлеб 15г	109/2013	15	0,99	0,18	5,01	26,1	1,26
7	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	27,36
Итого за Завтрак				20,34	28,42	90,42	679,22	97,44
2-й Завтрак								
1	Каша гречневая вязкая на молоке 200 г	104/2009	205	7,94	8,21	35,13	246,17	20,79
2	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	15,06
3	Чай с молоком, 200	495/2013	200	1,5	1,3	15,9	81	6,65
4	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	14,27
5	Батон 25	111/2013	25	1,88	0,73	12,85	65,5	3,19
Итого за 2-й Завтрак				14,92	25,53	64,07	545,67	60,00
Обед								
1	Салат из свеклы отварной 60г	50/2013	60	0,9	3,3	5,04	53,4	4,57
2	Рассольник 250 г130/2004		250					14,04
3	Котлета Московская 90 гр,	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	58,08
4	Рагу из овощей 150гр	195/2013	150	3	8,02	12,75	135	11,49
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,48
6	Хлеб 55г	109/2013	55	3,63	0,66	18,37	95,7	4,63
Итого за Обед				18,8	38,76	60,05	665,2	97,44
2-й Обед								
1	Салат из свеклы отварной 60г	50/2013	60	0,9	3,3	5,04	53,4	4,57
2	Рассольник 250 г130/2004		250					14,04
3	Котлета Московская 80 гр	270/2015	80/5	9,99	23,96	7,77	286,41	52,16
4	Рагу из овощей 150гр	195/2013	150	3	8,02	12,75	135	11,49
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,84
Итого за 2-й Обед				14,65	35,4	43,9	552,21	85,00
Полдник								
1	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,09
2	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	18,59
Итого за Полдник				13,03	2,98	72,26	368,66	29,68
Буфет								
1	Салат из соленых огурцов с луком 30/2009 100гр	30/2009	100	0,08	5	1,8	55,77	26,35
2	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	19,55
3	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	5,67
4	Суп картофельный с рыбой (минтай)	50/2009	250	13,21	4,11	6,7	116,24	28,92
5	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	17,73
6	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	39,88
7	Котлета из говядины 90	381/2013	90	16,02	15,75	12,87	257,4	71,83
8	Картофель тушенный, 180г,	142/2015	180	4,34	16,6	28,94	281,43	10,13
9	Пюре из гороха с маслом 180гр 129,130-2009		180					8,75
10	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	14,21
11	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	6,96
12	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	9,58
13	Котлета в тесте запеченная из птицы 100гр 736,747		100					34,97
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Картофель отварной 180г 2009-239		180					9,45
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					41,49
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,87
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №



МЕНЮ
на 24 мая 2024 г.

День: пятница

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Каша рисовая молочная жидкая 150 гр	268/2013	150	4,15	6,45	24,3	172,05	15,19
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	16,23
3	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	26,66
4	Батон 35	111/2013	35	3,48	1	17,88	91,17	4,47
5	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	15,06
6	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	18,99
7	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	0,84
Итого за Завтрак				18,85	29,54	97,01	729,62	97,44
2-й Завтрак								
1	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	20,25
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	16,23
3	Сыр порциями 10 гр 366/2009	366/2009	10	3,48	4,43		54,6	9,81
4	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	10,04
5	Батон 29							3,70
Итого за 2-й Завтрак				14,1	24,7	64,23	534	60,00
Обед								
1	Винегрет овощной 60гр	1/2009	60	0,76	6,08	4,99	77,56	7,65
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	10,82
3	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	46,54
4	Пюре картофельное 150 гр.	429/2013	150	3,15	6,6	16,35	138	14,58
5	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	14,21
6	Хлеб 43г	109/2013	43	2,83	0,51	14,36	74,82	3,62
Итого за Обед				23,39	20,26	73,27	571,18	97,44
2-й Обед								
1	Винегрет овощной 60гр	1/2009	60	0,76	6,08	4,99	77,56	7,65
2	Щи из свежей капусты с картофелем, 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	6,75
3	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	46,54
4	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	17,50
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,39
6	Хлеб 50г	109/2013	50	3,3	0,6	16,7	87	4,21
Итого за 2-й Обед				23,59	21,67	73,68	586,16	85,00
Полдник								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	14,21
2	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,63
Итого за Полдник				8,34	3,7	49,36	264,1	17,84
Буфет								
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	10,79
2	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	19,55
3	Салат картофельный с огурцами солеными, 100 г	32/2009	100	1,6	5,26	12,68	102,89	9,82
4	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	5,59
5	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	11,22
6	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					67,64
7	Рыба, тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	42,33
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	17,50
9	Капуста тушенная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	24,81
10	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
11	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	8,48
12	Булочка "Веснушка" 50г	307/2009	50	3,84	3,67	29,42	166,1	3,78
13	Пирожок с яблоками 75гр		75					12,65
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Мясо отварное говядина с луком и морковью 50		50					64,04
2	Каша пшенная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					10,92
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,87
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством