

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 57

МЕНЮ на 1 марта 2025 г.

День: суббота

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Блины с маслом 100/7гр 304-2009		100/7					25,24
2	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	14,53
3	Булочка "Веснушка" 50г	307/2009	50	3,84	3,67	29,42	166,1	4,19
4	Булочка ванильная 50	311/2009	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,65
5	Булочка домашняя 100 г	312/2009	100	7,28	11,78	61,32	380,4	9,11
6	Булочка домашняя 50 г	312/2009	50	3,64	5,89	30,66	190,2	4,55
7	Булочка дорожная 100		100					8,61
8	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,30
9	Булочка сдобная с помадой 100гр		100					10,76
10	Бутерброд с маслом 30 гр	94/2013	30	1,2	12,5	7,5	147	20,27
11	Бутерброд с сыром 35 гр	91/2013	35	5	8,1	7,4	123	25,78
12	Ватрушка куриным фаршем и сыром 100 г	69	100	9,89	16,25	28,3	229	34,40
13	Ватрушка мясным фаршем и сыром 100 г	69	100	9,89	16,25	28,3	229	54,19
14	Ватрушка с сыром 70 г	69	80	9,89	16,25	28,3	229	31,04
15	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	20,74
16	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	14,83
17	Вода пит. не газир. 0,5 л		1 шт					23,20
18	Голубцы с рисом и мясом, 179/2009 210 г		210					85,15
19	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					76,15
20	Жаркое по-домашнему 200 181-2009		200					107,17
21	Запеканка из творога со сгущенным молоком 150 /20	313/2013	150/20	25,44	26,9	35	490,6	97,32
22	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	10,60
23	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	18,93
24	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	31,64
25	Картофель отварной 150гр 2009-239		150					15,91
26	Картофель тушеный, 180г,	142/2015	180	4,34	16,6	28,94	281,43	19,51
27	Каша "Дружба" 200 гр	260/2013	200	5,26	11,66	25,06	226,2	25,17
28	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,30
29	Каша манная молочная жидкая 200гр	262/2013	200	6,2	7,46	30,86	215,4	19,17
30	Каша молочная " Геркулес " жидкая 200гр	266/2013	200	7,16	9,4	28,8	228,4	20,21
31	Каша молочная пшеничная жидкая 200 гр	267/2013	200	7,8	9,46	35,8	283,6	20,14
32	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	22,13
33	Кекс Столичный, 75 гр(без изюма)		75					27,57
34	Кефир 200 гр	516/2013	200	5,8	5	8	100	32,47
35	Компот из изюма	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	12,52
36	Компот из кураги , 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	13,39
37	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,61
38	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	9,08
39	Коржик молочный 80гр 318/2009		80					19,25
40	Котлета в тесте запеченная из говядины 100гр 736,747		100					43,33
41	Котлета в тесте запеченная из птицы 100гр 736,747		100					38,48
42	Котлета Московская 90 гр,	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	66,08
43	Котлета рубленая из птицы (грудка) 100 гр	294/2015	100	17,44	16,76	16,28	286	56,62
44	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	54,25
45	Котлеты рубленые с белокочанной капустой 90 гр 2004-455		90					59,31
46	Котлеты рыбные 90гр	345/2013	90	12,51	1,89	8,64	101,7	56,67
47	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	19,24
48	Кофейный напиток с молоком		200					9,08
49	Курица в соусе с томатом	210/2009	100	28,75	3,46	4,53	445,24	45,23
50	Макароны запеченные с сыром 180гр 332,334/2004		180					37,41
51	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	13,86
52	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,89
53	Молоко кипяченое 200г.	515/2013	200	5,8	5	9,6	106	21,27
54	Мясо отварное говядина с луком и морковью 50		50					72,10
55	Напиток апельсиновый 699/2009							8,18
56	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	10,57
57	Огурец соленый 40г	247/2009	40	0,44	0,04	0,92	52	10,71
58	Омлет натуральный 200 гр	301/2013	200	17,23	26,77	4,61	326,15	63,11
59	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	15,59
60	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	14,44
61	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	11,55
62	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	12,76
63	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	11,92
64	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,11
65	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	32,40
66	Плов из говядины 180гр	244/2015	180	18,36	17,2	29,25	356,4	95,95
67	Плов из птицы (грудка)180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	50,03
68	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					44,46

71	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	43,15
72	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	43,15
73	Пюре из гороха с маслом 180гр 129,130-2009		180					11,43
74	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	27,33
75	Рагу из овощей 180гр	195/2013	180	3,6	9,63	15,3	162	20,10
76	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	43,96
77	Расстегай с мясом 75гр	353/2009	75	5,66	4,3	32,02	270,2	37,23
78	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	17,46
79	Рыба, тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	62,90
80	Ряженка 200 г	516/2013	200	5,8	5	8	100	30,55
81	Салат "Степной" из разных овощей 100гр	25/2004	100	1,9	7,7	9,6	116	16,75
82	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	10,87
83	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	20,24
84	Салат из моркови 100г	9/2009	100	1,14	10,08	10,38	136,8	8,31
85	Салат из моркови с изюмом 100гр 2009-13		100					15,11
86	Салат из моркови с курагой 100 гр	62/2013	100	1,6	0,1	15,1	68	10,39
87	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	7,45
88	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	11,88
89	Салат из соленых огурцов с луком 30/2009 100гр	30/2009	100	0,08	5	1,8	55,77	27,15
90	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	10,90
91	Салат картофельный с огурцами солеными, 100 г	32/2009	100	1,6	5,26	12,68	102,89	13,75
92	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
93	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
94	Сосиска в тесте запеченная 100г		100					31,59
95	Сосиска отварная 55гр 205-2009		55					30,47
96	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	23,07
97	Суп картофельный 250 г	97/2015	250	2,34	2,8	16,87	114	12,95
98	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	9,93
99	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	16,47
100	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	7,77
101	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель) 250гр	53/2009	250	6,98	7,65	24,66	195,1	17,29
102	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	4,12
103	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	17,40
104	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	80,84
105	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
106	Чай с молоком, 200	495/2013		1,5	1,3	15,9	81	5,75
107	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
108	Чахохбили 491/2004 125 г		125					54,91
109	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	14,83
Итого за				480,79	614,06	1 519,09	13 873,72	2 878,47
Итого за день				480,79	614,06	1 519,09	13 873,72	2 878,47

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:  Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:  Директор МБОУ СОШ №1

МЕНЮ
на 4 марта 2025 г.

День: вторник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель) 250гр	53/2009	250	6,98	7,65	24,66	195,1	22,35
2	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	23,16
3	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	13,62
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	31,08
5	Батон 52	111/2013		3,91	1,53	26,73	136,24	8,45
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
Итого за Завтрак				20,19	18,7	90,23	593,74	99,76
2-й Завтрак								
1	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель) 250гр	53/2009	250	6,98	7,65	24,66	195,1	22,35
2	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	17,40
3	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	13,62
4	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	6,50
5	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	31,08
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
Итого за 2-й Завтрак				19,12	16,85	84,06	544,3	92,00
Обед								
1	Салат из свеклы отварной 60г	50/2013	60	0,9	3,3	5,04	53,4	4,47
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	9,93
3	Котлета Московская 90 гр.	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	66,08
4	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	11,55
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
6	Хлеб 51г	109/2013		3,36	0,61	17,03	88,74	5,35
Итого за Обед				23,16	34,08	86,91	752,89	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	7,45
2	Суп картофельный с крупой рисом и курицей 101/2015 250/25гр	101/2015	250/25	1,97	2,71	12,44	85,75	28,31
3	Котлета Московская 100 гр	270/2015	100/5	12,34	29,6	9,61	353,8	72,76
4	Соус томатный 40 гр №453 /2013	453/2013	40	0,43	1,49	2,77	26,24	3,68
5	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	13,86
6	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,61
7	Хлеб 41г	109/2013		1,32	0,24	6,68	34,8	4,30
Итого за 2-й Обед				24,84	40,35	101,75	873,49	138,00
Полдник								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
2	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	11,55
Итого за Полдник				1,53	1,01	24,3	112,42	27,79
Буфет								
1	Салат "Степной" из разных овощей 100гр	25/2004	100	1,9	7,7	9,6	116	16,75
2	Икра морковная 100гр 78/2004		100					10,81
3	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	10,90
4	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	14,83
5	Суп картофельный с фрикадельками 250/25	149/2013	250/25	5,75	6,1	16,4	143,5	30,51
6	Котлета Московская 90 гр.	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	66,08
7	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	43,96
8	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	13,86
9	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	14,44
10	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	12,76
11	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	9,08
12	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	32,40
13	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Каша пшеничная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,31
2	Мясо отварное говядина с луком и морковью 50		50					72,10
3	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	10,57
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор 

Заведующая производством _____

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

МЕНЮ
на 5 марта 2025 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57

День: среда

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Запеканка из творога со сгущенным молоком 100/15	313/2013	100/15	16,96	17,93	23,33	327,07	65,51
2	Каша молочная "Геркулес" жидкая 100гр	266/2013	100	3,58	4,7	14,4	114,2	10,61
3	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
4	Сыр порциями 10 гр 366/2009	366/2009	10	3,48	4,43		54,6	11,96
5	Батон 50	111/2013	50	3,76	1,47	25,7	131	8,13
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
	Итого за Завтрак			28,54	28,65	81,77	704,27	99,76
2-й Завтрак								
1	Запеканка из творога со сгущенным молоком 100/15	313/2013	100/15	16,96	17,93	23,33	327,07	65,51
2	Каша молочная "Геркулес" жидкая 100гр	266/2013	100	3,58	4,7	14,4	114,2	10,61
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,89
4	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
5	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
	Итого за 2-й Завтрак			21,47	30,17	58	593,47	92,00
Обед								
1	Винегрет овощной 60гр	1/2009	60	0,76	6,08	4,99	77,56	8,90
2	Щи из свежей капусты с картофелем, 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	10,21
3	Котлеты рыбные 90гр	345/2013	90	12,51	1,89	8,64	101,7	56,67
4	Рис отварной 150гр	414/2013	150	3,69	6,07	33,81	204,6	14,55
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
6	Хлеб 48г	109/2013	48	1,24	0,22	6,26	32,62	5,04
	Итого за Обед			20,05	19,23	76,67	560,48	99,76
2-й Обед								
1	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	14,83
2	Щи из свежей капусты с картофелем, 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	10,21
3	Котлеты рыбные 120гр	345/2013	120	16,68	2,52	11,52	135,6	75,58
4	Соус томатный 40 гр №453 /2013	453/2013	40	0,43	1,49	2,77	26,24	3,68
5	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	17,46
6	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	9,08
7	Хлеб 53	109/2013	53	3,49	0,63	17,76	92,22	5,56
8	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
	Итого за 2-й Обед			28,94	27,33	108,84	798,66	138,00
Полдник								
1	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	19,24
2	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	12,76
	Итого за Полдник			8,7	6,86	57,02	324,63	32,00
Буфет								
1	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	49,89
2	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	11,88
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	14,53
4	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	7,77
5	Плов из говядины 180гр	244/2015	180	18,36	17,2	29,25	356,4	95,95
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	9,08
8	Булочка ванильная 50	311/2009	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,65
9	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,11
	Итого за Буфет							
Диетическое питание								
1	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
2	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	80,84
3	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,30
	Итого за Диетическое питание							
	Итого за день							

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

МЕНЮ
на 6 марта 2025 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57

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	18,80
2	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	13,62
3	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	17,40
4	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,89
5	Батон 45	111/2013	45	3	1,16	20,6	104,8	7,31
6	Хлеб 15г	109/2013	15	0,99	0,18	5,01	26,1	1,57
7	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	29,19
Итого за Завтрак				18,14	23,32	90,4	628,22	99,76
2-й Завтрак								
1	Каша гречневая вязкая на молоке 200 г	104/2009	205	7,94	8,21	35,13	246,17	22,65
2	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,89
3	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
4	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	17,40
5	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	29,19
6	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	6,50
Итого за 2-й Завтрак				16,4	21,84	90,62	625,97	92,00
Обед								
1	Салат из свежих огурцов 60г	17/2013	60	0,42	6,06	1,2	61,2	29,93
2	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	16,47
3	Рагу из птицы 214/2009 150 гр		150					36,64
4	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,61
5	Хлеб 55г	109/2013	55	3,63	0,66	18,37	95,7	5,77
6	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	3,25
Итого за Обед				8,35	11,55	71,97	427,3	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	49,89
2	Суп картофельный с бобовыми и куриной грудкой 250г 144/2013	144/2013	250/25	6,22	6,47	15,23	144	29,68
3	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	43,96
4	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,61
5	Хлеб 50г	109/2013	50	3,3	0,6	16,7	87	5,25
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
Итого за 2-й Обед				27,28	37,62	84,79	786,9	138,00
Полдник								
1	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	13,39
2	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	20,74
Итого за Полдник				13,03	2,98	72,26	368,66	34,13
Буфет								
1	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	10,60
2	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	47,39
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	14,53
4	Суп картофельный с рыбой (минтай)	50/2009	250	13,21	4,11	6,7	116,24	35,23
5	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	23,07
6	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	43,15
7	Котлета из говядины 90	381/2013	90	16,02	15,75	12,87	257,4	81,45
8	Картофель тушенный, 180г,	142/2015	180	4,34	16,6	28,94	281,43	19,51
9	Пюре из гороха с маслом 180гр 129,130-2009		180					11,43
10	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
11	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,61
12	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	11,55
13	Котлета в тесте запеченная из птицы 100гр 736,747		100					38,48
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					19,06
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					44,46
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждено:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57

МЕНЮ на 7 марта 2025 г.

День: пятница

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
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	16,61
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	18,93
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,89
4	Сыр порциями 10 гр 366/2009	366/2009	10	3,48	4,43		54,6	11,96
5	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	31,67
6	Батон 46	111/2013		3,06	1,18	21,01	106,89	7,48
7	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
	Итого за Завтрак			17,23	24,63	100,08	694,94	99,76
2-й Завтрак								
1	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	22,13
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	18,93
3	Сыр порциями 10 гр 366/2009	366/2009	10	3,48	4,43		54,6	11,96
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	31,67
5	Батон 45	111/2013	45	3	1,16	20,6	104,8	7,31
	Итого за 2-й Завтрак			17,82	19,41	104,3	666,8	92,00
Обед								
1	Салат из соленых огурцов с луком 60 гр		60					16,29
2	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	17,29
3	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	43,15
4	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	11,55
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
6	Хлеб 51г	109/2013		3,36	0,61	17,03	88,74	5,35
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
	Итого за Обед			24,78	21,45	85,44	640,13	99,76
2-й Обед								
1	Салат из соленых огурцов с луком 30/2009 100гр	30/2009	100	0,08	5	1,8	55,77	27,15
2	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	17,29
3	Птица, тушенная в сметанном соусе 75/75	290/2015		19,47	21,01	9,66	306,07	64,73
4	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	13,86
5	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,61
6	Хлеб 55г	109/2013	55	3,63	0,66	18,37	95,7	5,77
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
	Итого за 2-й Обед			33,14	33,63	109,41	882,88	138,00
Полдник								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
2	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,30
	Итого за Полдник			8,34	3,7	49,36	264,1	20,54
Буфет								
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	11,88
2	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	47,39
3	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	20,24
4	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	9,93
5	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	16,47
6	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					76,15
7	Рыба, тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	42,97
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	27,33
9	Капуста тушенная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	31,64
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	10,57
12	Булочка "Веснушка" 50г	307/2009	50	3,84	3,67	29,42	166,1	4,19
13	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,11
	Итого за Буфет							
Диетическое питание								
1	Мясо отварное говядина с луком и морковью 50		50					72,10
2	Каша пшениная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,31
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
	Итого за Диетическое питание							
	Итого за день							

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

МЕНЮ
на 10 марта 2025 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57

День: понедельник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Питательная ценность				Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Каша "Дружба" 150	260/2013	150	3,94	8,74	18,79	169,65	18,89
2	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	17,84
3	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	17,40
4	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
5	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	13,62
6	Хлеб 20г	109/2013	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2,10
7	Батон 50	111/2013	50	3,76	1,47	25,7	131	8,13
	Итого за Завтрак			16,82	28,44	87,46	652,25	99,76
2-й Завтрак								
1	Каша "Дружба" 200 гр	260/2013	200	5,26	11,66	25,06	226,2	25,17
2	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	13,62
3	Масло сливочное порциями, 20 г	14/2015	20	0,16	14,5	0,26	132	23,78
4	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	23,16
5	Батон 38	111/2013		2,85	1,17	20,68	105,45	6,18
	Итого за 2-й Завтрак			16,11	35,93	61,9	614,65	92,00
Обед								
1	Икра свекольная 60гр	119/2013	60	1,44	4,26	6,24	69	6,36
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	14,83
3	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	11,55
4	Соус томатный 40 гр №453 /2013	453/2013	40	0,43	1,49	2,77	26,24	3,68
5	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	54,25
6	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
7	Хлеб 50г	109/2013	50	3,3	0,6	16,7	87	5,25
8	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
	Итого за Обед			29,12	27,37	97,31	753,74	99,76
2-й Обед								
1	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	10,60
2	Щи из свежей капусты с картофелем и курицей и сметаной 250/25		250					34,96
3	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	13,86
4	Котлета рубленая из птицы (грудка) 100 гр	294/2015	100	17,44	16,76	16,28	286	56,62
5	Соус томатный 40 гр №453 /2013	453/2013	40	0,43	1,49	2,77	26,24	3,68
6	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	13,39
7	Хлеб 46г	109/2013	46	3,03	0,55	15,36	80,04	4,83
	Итого за 2-й Обед			30,86	26,75	107,29	795,98	138,00
Полдник								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
2	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	11,92
	Итого за Полдник			6,8	4,86	56,32	296,42	28,16
Буфет								
1	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	10,90
2	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	20,24
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	7,45
4	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	7,77
5	Суп картофельный с клецками 250/30 46/2009		250/30					13,20
6	Плов из птицы (грудка) 180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	50,03
7	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	62,99
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	27,33
9	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
10	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
11	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	20,74
12	Пирожок с картофелем 738,757/2004		75					8,54
	Итого за Буфет			52,31	50,37	155,14	1 402,94	255,31
Диетическое питание								
1	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,30
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					44,46
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
	Итого за Диетическое питание			10,36	9,41	59,49	363,66	60,52
	Итого за день			162,38	183,13	624,91	4 879,64	773,40

Калькулятор

Заведующая производством

Рыбин В.Н.

Директор МБОУ СОШ №

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № _____

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Завтрак							
1	Запеканка из творога со сгущенным молоком №366 /2004 120/10	366/2004	120/10	29,52	31,09	34,23	542,8	76,47
2	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,89
4	Батон 43	111/2013	43	3,23	1,25	22,36	112,39	6,99
	Итого за Завтрак			32,93	39,59	71,92	782,19	99,76
	2-й Завтрак							
1	Запеканка из творога со сгущенным молоком №366 /2004 100/10	366/2004	100/10	24,72	26,05	29,45	457,8	64,47
2	Каша манная молочная жидкая 100гр.	262/2013	100	3,06	3,68	15,27	106,62	9,51
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,89
4	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
5	Батон 23	111/2013	23	1,73	0,67	11,82	60,26	3,74
	Итого за 2-й Завтрак			29,69	37,65	71,67	750,68	92,00
	Обед							
1	Салат из квашеной капусты 60г	48/2013	60	0,96	6,06	1,8	65,4	12,14
2	Суп картофельный с куриной грудкой 250 г	97/2015	250/25	2,34	2,8	16,87	114	27,79
3	Рагу из птицы 214/2009 150 гр		150					36,64
4	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
5	Хлеб 50г	109/2013	50	3,3	0,6	16,7	87	5,25
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
	Итого за Обед			8,35	9,75	60,71	377,4	99,76
	2-й Обед							
1	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	20,24
2	Суп картофельный с куриной грудкой 250 г	97/2015	250/25	2,34	2,8	16,87	114	27,79
3	Рагу из птицы 214/2009 220 гр	214/2009	220	19,3	24,62	22,89	387,91	53,69
4	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	10,57
5	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
6	Хлеб 38г	109/2013	38	2,5	0,45	12,69	66,12	3,99
	Итого за 2-й Обед			27,42	37,97	96,66	808,7	138,00
	Полдник							
1	Ряженка 200 г	516/2013	200	5,8	5	8	100	30,55
2	Булочка "Веснушка" 100гр		100	7,34	3,7	29,2	179,3	8,55
	Итого за Полдник			13,14	8,7	37,2	279,3	39,10
	Буфет							
1	Салат картофельный с огурцами солеными, 100 г	32/2009	100	1,6	5,26	12,68	102,89	13,75
2	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	11,88
3	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	10,87
4	Суп картофельный с крупой 138/2004 350 г		350					18,08
5	Суп-лапша домашняя с куриной грудкой	56/2009	250/20	2,45	4,89	13,91	109,38	25,26
6	Котлета из говядины 100		100					91,16
7	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	43,15
8	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	31,64
9	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	13,86
10	Компот из кураги , 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8</	

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №

МЕНЮ
на 12 марта 2025 г.

День: среда

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Омлет натуральный 150гр	301/2013	150	12,92	20,07	3,45	244,61	46,43
2	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	23,16
3	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	17,84
4	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
5	Батон 42	111/2013	42	3,08	1,2	15,8	107,42	6,83
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
	Итого за Завтрак			21,52	38,16	37,98	601,43	99,76
2-й Завтрак								
1	Омлет натуральный 180 гр	301/2013		15,5	24,09	4,15	293,54	56,80
2	Сыр порциями 10 гр 366/2009	366/2009	10	3,48	4,43		54,6	11,96
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,89
4	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
5	Батон 43	111/2013	43	3,23	1,25	22,36	112,39	6,99
	Итого за 2-й Завтрак			22,39	37,02	41,84	587,53	92,00
Обед								
1	Салат из свеклы отварной 60г	50/2013	60	0,9	3,3	5,04	53,4	4,47
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	9,93
3	Котлета Московская 90 гр,	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	66,08
4	Каша гречневая рассыпчатая 150гр 237/2013	237/2013	150	8,55	7,85	37,08	253,05	12,76
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
6	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	4,20
	Итого за Обед			25,33	41,12	91,28	841,9	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	7,45
2	Суп картофельный с крупой рисом и курицей 101/2015 250/25гр	101/2015	250/25	1,97	2,71	12,44	85,75	28,31
3	Котлета Московская 100 гр	270/2015	100/5	12,34	29,6	9,61	353,8	72,76
4	Соус томатный 40 гр №453 /2013	453/2013	40	0,43	1,49	2,77	26,24	3,68
5	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,30
6	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
7	Хлеб 43г	109/2013	43	2,83	0,51	14,36	74,82	4,51
8	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
	Итого за 2-й Обед			30,18	49,51	112,41	1 020,47	138,00
Полдник								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
2	Булочка ванильная 100		100					8,55
	Итого за Полдник			1		20,2	84,8	24,79
Буфет								
1	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	47,39
2	Салат из соленых огурцов с луком 30/2009 100гр	30/2009	100	0,08	5	1,8	55,77	27,15
3	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	10,90
4	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	14,83
5	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	16,47
6	Котлеты припущенные из птицы 90гр (грудка)	209/2013	90	14,16	16	9,63	239,25	52,29
7	Рыба, тушеная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	62,90
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	27,33
9	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	17,46
10	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
11	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	9,08
12	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	11,55
13	Котлета в тесте запеченная из говядины 100гр 736,747		100					43,33
	Итого за Буфет							
Диетическое питание								
1	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
2	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	80,84
3	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					19,06
	Итого за Диетическое питание							
	Итого за день							

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

МЕНЮ
на 13 марта 2025 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57

День: четверг

№ 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	Каша рисовая молочная жидкая 150 гр	268/2013	150	4,15	6,45	24,3	172,05	16,61
2	Сыр порциями 10 гр 366/2009	366/2009	10	3,48	4,43		54,6	11,96
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	11,89
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	32,48
5	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	18,93
6	Батон 42	111/2013	42	3,08	1,2	15,8	107,42	6,83
7	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
Итого за Завтрак				17,25	24,65	94,87	695,47	99,76
2-й Завтрак								
1	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	22,13
2	Сыр порциями 10 гр 366/2009	366/2009	10	3,48	4,43		54,6	11,96
3	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	18,93
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	32,48
5	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	6,50
Итого за 2-й Завтрак				18,82	19,41	104,26	666,8	92,00
Обед								
1	Огурец соленный 40г	247/2009	40	0,44	0,04	0,92	52	10,71
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	4,12
3	Рыба, тушенная в томате с овощами, 120 г	343/2013		11,3	6,12	5,35	121,55	53,47
4	Пюре картофельное 150 гр.	429/2013	150	3,15	6,6	16,35	138	22,77
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
6	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	4,20
Итого за Обед				20,01	18,32	64,17	559,15	99,76
2-й Обед								
1	Салат из соленных огурцов с луком 30/2009 100гр	30/2009	100	0,08	5	1,8	55,77	27,15
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	4,12
3	Рыба, тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	62,90
4	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	27,33
5	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	9,08
6	Хлеб 55г	109/2013	55	3,63	0,66	18,37	95,7	5,77
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
Итого за 2-й Обед				24,08	26,15	79,21	663,91	138,00
Полдник								
1	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	19,24
2	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	20,74
Итого за Полдник				15,15	4,94	65,53	366,86	39,98
Буфет								
1	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	49,89
2	Салат картофельный 75г 72/2013		75					8,18
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	14,53
4	Суп картофельный с рыбными фрикадельками 250/50 149/2013		250/25					28,49
5	Котлета Московская 90 гр.	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	66,08
6	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					44,46
7	Рагу из овощей 180гр	195/2013	180	3,6	9,63	15,3	162	20,10
8	Картофель тушенный, 180г,	142/2015	180	4,34	16,6	28,94	281,43	19,51
9	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	9,08
10	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
11	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,30
12	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,11
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,30
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					44,46
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

МЕНЮ
на 14 марта 2025 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57

День: пятница

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	Макароны с сыром 150гр		150	8,28	6,48	35,1	232,2	33,44
2	Масло сливочное порциями, 20 г	14/2015	20	0,16	14,5	0,26	132	23,78
3	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	27,70
5	Батон 55	111/2013	55	54,9	4,13	1,61	143,84	8,94
6	Хлеб 15г	109/2013	15	0,99	0,18	5,01	26,1	1,57
	Итого за Завтрак			65,23	26,09	76,78	689,14	99,76
2-й Завтрак								
1	Макароны с сыром 180гр		180	8,28	6,48	35,1	232,2	40,12
2	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	17,84
3	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	27,70
5	Батон 25	111/2013	25	1,88	0,73	12,85	65,5	4,06
	Итого за 2-й Завтрак			11,18	18,88	82,74	550,7	92,00
Обед								
1	Огурцы свежие 30г -2009-246		30					13,53
2	Борщ с капустой и картофелем 250гр 128/2013	128/2013	250	1,83	5	10,65	95	9,88
3	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	54,25
4	Рис отварной 150гр	414/2013	150	3,69	6,07	33,81	204,6	14,55
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
6	Хлеб 50г	109/2013	50	3,3	0,6	16,7	87	5,25
	Итого за Обед			24,61	26,75	90,81	704	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	44,24
2	Борщ с капустой и картофелем 250гр 128/2013	128/2013	250	1,83	5	10,65	95	9,88
3	Котлета рубленая из птицы (грудка) 100 гр	294/2015	100	17,44	16,76	16,28	286	56,62
4	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	17,46
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
7	Хлеб 35г	109/2013	35	2,31	0,42	11,69	60,9	3,67
	Итого за 2-й Обед			27,81	35,84	103,18	845,3	138,00
Полдник								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
2	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	14,44
	Итого за Полдник			1,88	2,13	21,96	114,52	30,68
Буфет								
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	11,88
2	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	44,24
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	7,45
4	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	9,93
5	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	7,77
6	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	54,25
7	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	80,84
8	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	13,86
9	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,30
10	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
11	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
12	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	11,55
13	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	14,44
	Итого за Буфет							
Диетическое питание								
1	Каша пшениная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,31
2	Мясо отварное говядина с луком и морковью 100		100					144,20
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
	Итого за Диетическое питание							
	Итого за день							

Калькулятор

Заведующая производством