

Утверждаю:

ИП Князева Юлия Юрьевна
Князева Ю.Ю.

МЕНЮ на 1 апреля 2025 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 54

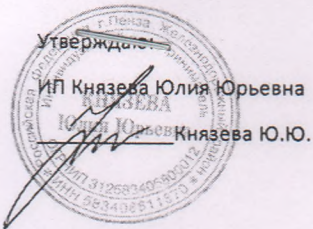
День: вторник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Блины с маслом 100/7гр 304-2009		100/7					26,13
2	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	14,82
3	Булочка "Веснушка" 50г	307/2009	50	3,84	3,67	29,42	166,1	4,16
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 помидором 100гр		100					10,76
10	Бутерброд с маслом 30 гр	94/2013	30	1,2	12,5	7,5	147	21,34
11	Бутерброд с сыром 35 гр	91/2013	35	5	8,1	7,4	123	26,14
12	Ватрушка куриным фаршем и сыром 100 г	69	100	9,89	16,25	28,3	229	36,34
13	Ватрушка мясным фаршем и сыром 100 г	69	100	9,89	16,25	28,3	229	54,27
14	Ватрушка с сыром 70 г	69	80	9,89	16,25	28,3	229	31,13
15	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	20,83
16	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	14,89
17	Вода пит. не газир. 0,5 л		1 шт					23,20
18	Голубцы с рисом и мясом, 179/2009 210 г		210					86,31
19	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					76,44
20	Жаркое по-домашнему 200 181-2009		200					107,57
21	Запеканка из творога со сгущенным молоком 150 /20	313/2013	150/20	25,44	26,9	35	490,6	97,69
22	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	10,88
23	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	19,19
24	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	33,59
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	26,09
28	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,88
29	Каша манная молочная жидкая 200гр	262/2013	200	6,2	7,46	30,86	215,4	19,74
30	Каша молочная "Геркулес" жидкая 200гр	266/2013	200	7,16	9,4	28,8	228,4	20,81
31	Каша молочная пшеничная жидкая 200 гр	267/2013	200	7,8	9,46	35,8	283,6	20,72
32	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	22,73
33	Кекс Столичный, 75 гр(без изюма)		75					28,82
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	12,17
36	Компот из кураги , 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	12,17
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					20,03
40	Котлета в тесте запеченная из говядины 100гр 736,747		100					43,57
41	Котлета в тесте запеченная из птицы 100гр 736,747		100					41,95
42	Котлета Московская 90 гр,	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	66,43
43	Котлета рубленая из птицы (грудка) 100 гр	294/2015	100	17,44	16,76	16,28	286	62,76
44	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	59,81
45	Котлеты рубленые с белокочанной капустой 90 гр 2004-455		90					60,08
46	Котлеты рыбные 90гр	345/2013	90	12,51	1,89	8,64	101,7	56,83
47	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	19,24
48	Кофейный напиток с молоком		200					9,18
49	Курица в соусе с томатом	210/2009	100	28,75	3,46	4,53	445,24	49,53
50	Макароны запеченные с сыром 180гр 332,334/2004		180					38,41
51	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	14,44
52	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	12,60
53	Молоко кипяченое 200г.	515/2013	200	5,8	5	9,6	106	21,70
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	64,37
59	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	15,17
60	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	15,10
61	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	11,81
62	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	13,03
63	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	12,19
64	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,38
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	54,83

68	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					49,94
69	Птица, тушеная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	47,64
70	Птица, тушеная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	47,64
71	Пюре из гороха с маслом 180гр 129,130-2009		180					11,75
72	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	27,97
73	Рагу из овощей 180гр	195/2013	180	3,6	9,63	15,3	162	20,47
74	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	47,72
75	Расстегай с мясом 75гр	353/2009	75	5,66	4,3	32,02	270,2	37,57
76	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	18,04
77	Рыба, тушеная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	62,90
78	Ряженка 200 г	516/2013	200	5,8	5	8	100	30,55
79	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	20,24
80	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	39,97
81	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	47,39
82	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	40,43
83	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	7,80
84	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	12,12
85	Салат из соленых огурцов с луком 30/2009 100гр	30/2009	100	0,08	5	1,8	55,77	27,15
86	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	10,90
87	Салат картофельный с огурцами солеными, 100 г	32/2009	100	1,6	5,26	12,68	102,89	13,75
88	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
89	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
90	Сосиска в тесте запеченная 100г		100					31,70
91	Сосиска отварная 55гр 205-2009		55					30,72
92	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	23,57
93	Суп картофельный 250 г	97/2015	250	2,34	2,8	16,87	114	12,95
94	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	9,93
95	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	16,82
96	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	7,77
97	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель) 250гр	53/2009	250	6,98	7,65	24,66	195,1	17,47
98	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	4,12
99	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	17,40
100	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	81,93
101	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
102	Чай с молоком, 200	495/2013		1,5	1,3	15,9	81	5,75
103	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
104	Чахохбили 491/2004 125 г		125					55,41
105	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	15,19
	Итого за			477,21	612,46	1 483,56	13 699,62	3 014,27
	Итого за день			477,21	612,46	1 483,56	13 699,62	3 014,27

Калькулятор

Заведующая производством _____



МЕНЮ
на 1 апреля 2025 г.

День: вторник

№ 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	76,81
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	12,60
4	Батон 38	111/2013		2,85	1,17	20,68	105,45	6,18
Итого за Завтрак				32,55	39,51	70,24	775,25	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	64,75
2	Каша манная молочная жидкая 100гр.	262/2013	100	3,06	3,68	15,27	106,62	9,79
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	12,60
4	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
5	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	2,44
Итого за 2-й Завтрак				29,09	37,42	67,56	729,72	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	29,65
3	Рагу из птицы 214/2009 150 гр		150					39,77
4	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	12,17
5	Хлеб 41г	109/2013		1,32	0,24	6,68	34,8	4,30
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
Итого за Обед				6,15	9,43	58,12	355,2	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	29,65
3	Рагу из птицы 214/2009 220 гр	214/2009	220	19,3	24,62	22,89	387,91	58,28
4	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
5	Хлеб 53	109/2013	53	3,49	0,63	17,76	92,22	5,56
6	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	2,44
Итого за 2-й Обед				28,86	38,59	88,43	827,23	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	8,48
Итого за Полдник				13,14	8,7	37,2	279,3	39,03
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	12,12
3	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	11,49
4	Суп картофельный с крупой 138/2004 350 г		350					18,38
5	Суп-лапша домашняя с куриной грудкой	56/2009	250/20	2,45	4,89	13,91	109,38	27,48
6	Котлета из говядины 100		100					91,71
7	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	47,64
8	Капуста тушенная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	33,59
9	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	14,44
10	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	12,17
11	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
12	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,38
13	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,30
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Каша пшенная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,85
2	Мясо отварное говядина с луком и морковью 100		100					144,20
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 _____



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №

57.



МЕНЮ
на 2 апреля 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	47,31
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	18,91
4	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
5	Батон 38	111/2013		2,85	1,17	20,68	105,45	6,18
	Итого за Завтрак			20,63	38,01	39,52	582,06	99,76
2-й Завтрак								
1	Омлет натуральный 180 гр	301/2013		15,5	24,09	4,15	293,54	57,93
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	12,60
4	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
5	Батон 32	111/2013		2,41	0,94	16,44	83,6	5,20
	Итого за 2-й Завтрак			21,57	36,71	35,92	558,74	92,00
Обед								
1	Салат из свеклы отварной 60г	50/2013	60	0,9	3,3	5,04	53,4	4,68
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	66,43
4	Каша гречневая рассыпчатая 150гр 237/2013	237/2013	150	8,55	7,85	37,08	253,05	13,24
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
6	Хлеб 30г	109/2013	30	1,98	0,36	10,02	52,2	3,15
	Итого за Обед			24,67	41	87,94	824,5	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	7,80
2	Суп картофельный с крупой рисом и курицей 101/2015 250/25г	101/2015	250/25	1,97	2,71	12,44	85,75	30,38
3	Котлета Московская 100 гр	270/2015	100/5	12,34	29,6	9,61	353,8	73,12
4	Соус томатный 40 гр №453 /2013	453/2013	40	0,43	1,49	2,77	26,24	3,82
5	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,88
6	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
7	Хлеб 25г	109/2013	25	1,65	0,3	8,35	43,5	2,62
	Итого за 2-й Обед			28,25	49,01	101,26	962,95	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	15,19
5	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	16,82
6	Котлеты припущенные из птицы 90г (грудка)	209/2013	90	14,16	16	9,63	239,25	57,85
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	27,97
9	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	18,04
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	11,81
13	Котлета в тесте запеченная из говядины 100гр 736,747		100					43,57
	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	81,93
3	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					19,06
	Итого за Диетическое питание							
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством _____

Утверждаю:

И.П. Князева Юлия Юрьевна

Князева Ю.Ю.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 54

МЕНЮ на 3 апреля 2025 г.

День: четверг

№ 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	17,05
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	12,60
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	31,67
5	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	19,19
6	Батон 38	111/2013		2,85	1,17	20,68	105,45	6,18
7	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
Итого за Завтрак				17,02	24,62	99,75	693,5	99,76
2-й Завтрак								
1	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	22,73
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	19,19
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	31,67
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 соленый 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	23,30
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
6	Хлеб 36г	109/2013		2,5	0,45	12,69	66,12	3,78
Итого за Обед				19,87	18,29	63,5	555,67	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 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	27,97
5	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	9,08
6	Хлеб 48г	109/2013	48	1,24	0,22	6,26	32,62	5,04
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
Итого за 2-й Обед				21,69	25,71	67,1	600,83	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	20,83
Итого за Полдник				15,15	4,94	65,53	366,86	40,07
Буфет								
1	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	39,97
2	Салат картофельный 75гр 72/2013		75					8,18
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	14,82
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	66,43
6	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					49,94
7	Рагу из овощей 180гр	195/2013	180	3,6	9,63	15,3	162	20,47
8	Картофель тушеный, 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					14,38
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,88
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					49,94
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством _____



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 51

МЕНЮ
на 4 апреля 2025 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	Макароны с сыром 150гр		150	8,28	6,48	35,1	232,2	34,15
2	Масло сливочное порциями, 20 г	14/2015	20	0,16	14,5	0,26	132	25,21
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	25,77
5	Батон 53	111/2013	53	3,45	1,33	23,69	120,52	8,62
6	Хлеб 15г	109/2013	15	0,99	0,18	5,01	26,1	1,57
Итого за Завтрак				13,78	23,29	98,86	665,82	99,76
2-й Завтрак								
1	Макароны с сыром 180гр		180	8,28	6,48	35,1	232,2	40,98
2	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	18,91
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	25,77
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					10,71
2	Борщ с капустой и картофелем 250гр 128/2013	128/2013	250	1,83	5	10,65	95	10,17
3	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	59,81
4	Рис отварной 150гр	414/2013	150	3,69	6,07	33,81	204,6	15,03
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
6	Хлеб 18г	109/2013	18	1,1	0,2	5,61	29,23	1,89
Итого за Обед				22,41	26,35	79,72	646,23	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	40,43
2	Борщ с капустой и картофелем 250гр 128/2013	128/2013	250	1,83	5	10,65	95	10,17
3	Котлета рубленая из птицы (грудка) 100 гр	294/2015	100	17,44	16,76	16,28	286	62,76
4	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	18,04
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
6	Хлеб 41г	109/2013		1,32	0,24	6,68	34,8	4,30
Итого за 2-й Обед				26,07	35,37	92,83	792	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	15,10
Итого за Полдник				1,88	2,13	21,96	114,52	31,34
Буфет								
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	12,12
2	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	40,43
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	7,80
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	59,81
7	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	81,93
8	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	14,44
9	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,88
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	11,81
13	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	15,10
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Каша пшенная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,85
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 _____



МЕНЮ
на 7 апреля 2025 г.

День: понедельник

№ 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 молочная пшенная жидкая 150 гр	267/150	150	5,85	7,09	26,85	212,7	15,55
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	19,19
3	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
4	Батон 36	111/2013	36	3,48	1	17,88	91,17	5,85
5	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	12,60
6	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	17,40
7	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	28,19
Итого за Завтрак				19,35	25,08	99,5	719,27	99,76
2-й Завтрак								
1	Каша молочная пшенная жидкая 200 гр	267/2013	200	7,8	9,46	35,8	283,6	20,72
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	19,19
3	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	17,40
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	28,19
5	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	6,50
Итого за 2-й Завтрак				21,08	20,24	107,66	720,4	92,00
Обед								
1	Салат из квашеной капусты 60г	48/2013	60	0,96	6,06	1,8	65,4	12,14
2	Суп с макаронными изделиями с птицей 250/25 147,487/2004	147,487/20	250/25	7,08	8,38	13,1	165,6	26,23
3	Плов из птицы (грудка) 150гр	406/2013	150	11,43	11,36	27,07	256,4	45,69
4	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	12,17
5	Хлеб 33г	109/2013	33	2,18	0,39	11,02	57,42	3,46
Итого за Обед				22,43	26,23	80,62	659,62	99,76
2-й Обед								
1	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	20,24
2	Суп с макаронными изделиями с птицей 250/25 147,487/2004	147,487/20	250/25	7,08	8,38	13,1	165,6	26,23
3	Плов из птицы (грудка) 210 гр	406/2013	210	16	15,9	37,9	359	63,93
4	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
5	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	4,20
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
Итого за 2-й Обед				29,07	35,15	92,7	814,2	138,00
Полдник								
1	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,30
2	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,61
Итого за Полдник				7,84	3,7	56,16	289,3	11,91
Буфет								
1	Салат из свеклы с яблоками 60 гр	60/2013	60	0,72	3,24	6,78	59,4	7,27
2	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	39,97
3	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	10,90
4	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	4,12
5	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	23,57
6	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	27,97
7	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	33,59
8	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	59,81
9	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					76,44
10	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	15,17
11	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	15,10
12	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	32,40
13	Компот из изюма	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	12,17
14	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	9,08
15	Сосиска в тесте запеченная 100г		100					31,70
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	19,07
2	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					19,06
3	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					49,94
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством _____



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57



МЕНЮ
на 8 апреля 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	22,88
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	13,83
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	30,34
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	22,88
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	13,83
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	30,34
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	4,68
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	66,43
4	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	12,04
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
6	Хлеб 43г	109/2013	43	2,83	0,51	14,36	74,82	4,51
Итого за Обед				22,63	33,98	84,24	738,97	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	7,80
2	Суп картофельный с крупой рисом и курицей 101/2015 250/25гр	101/2015	250/25	1,97	2,71	12,44	85,75	30,38
3	Котлета Московская 100 гр	270/2015	100/5	12,34	29,6	9,61	353,8	73,12
4	Соус томатный 40 гр №453 /2013	453/2013	40	0,43	1,49	2,77	26,24	3,82
5	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	14,44
6	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
7	Хлеб 38г	109/2013	38	2,5	0,45	12,69	66,12	3,99
Итого за 2-й Обед				25,62	40,56	95,96	855,81	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	11,81
Итого за Полдник				1,53	1,01	24,3	112,42	28,05
Буфет								
1	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	47,39
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	15,19
5	Суп картофельный с фрикадельками 250/25	149/2013	250/25	5,75	6,1	16,4	143,5	30,57
6	Котлета Московская 90 гр,	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	66,43
7	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	47,72
8	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	14,44
9	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	15,10
10	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	13,03
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 пшенная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,85
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:
 ИП Князева Юлия Юрьевна
 Князева Ю.Ю.

Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ № 57

МЕНЮ
 на 9 апреля 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	Запеканка из творога со сгущенным молоком 100/15	313/2013	100/15	16,96	17,93	23,33	327,07	65,76
2	Каша молочная " Геркулес " жидкая 100гр	266/2013	100	3,58	4,7	14,4	114,2	10,92
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 48							7,80
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
	Итого за Завтрак			24,78	27,18	56,07	573,27	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	65,76
2	Каша молочная " Геркулес " жидкая 100гр	266/2013	100	3,58	4,7	14,4	114,2	10,92
3	Сыр порциями 10 гр 366/2009	366/2009	10	3,48	4,43		54,6	11,96
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			24,87	27,35	57,87	582,07	92,00
Обед								
1	Винегрет овощной 60гр	1/2009	60	0,76	6,08	4,99	77,56	8,93
2	Щи из свежей капусты с картофелем, 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	10,57
3	Котлеты рыбные 90гр	345/2013	90	12,51	1,89	8,64	101,7	56,83
4	Рис отварной 150гр	414/2013	150	3,69	6,07	33,81	204,6	15,03
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
6	Хлеб 38г	109/2013	38	2,5	0,45	12,69	66,12	3,99
	Итого за Обед			21,31	19,46	83,1	593,98	99,76
2-й Обед								
1	Винегрет овощной 100 гр	1/2009	100	1,26	10,14	8,32	129,26	14,89
2	Щи из свежей капусты с картофелем, 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	10,57
3	Котлеты рыбные 120гр	345/2013	120	16,68	2,52	11,52	135,6	75,79
4	Соус томатный 40 гр №453 /2013	453/2013	40	0,43	1,49	2,77	26,24	3,82
5	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	18,04
6	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	9,08
7	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	4,20
8	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
	Итого за 2-й Обед			28,09	27,18	104,44	776,04	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	13,03
	Итого за Полдник			8,7	6,86	57,02	324,63	32,27
Буфет								
1	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	39,97
2	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	12,12
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	14,82
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					14,38
	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	81,93
3	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,88
	Итого за Диетическое питание							
	Итого за день							

Калькулятор

Заведующая производством _____



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57

МЕНЮ
на 10 апреля 2025 г.

День: четверг

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
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	19,32
2	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	13,83
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	12,60
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	27,85
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	23,28
2	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	12,60
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	27,85
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	23,98
2	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	16,82
3	Рагу из птицы 214/2009 150 гр		150					39,77
4	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	10,57
5	Хлеб 51г	109/2013		3,36	0,61	17,03	88,74	5,35
6	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	3,25
Итого за Обед				8,26	11,5	64,64	357,21	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	39,97
2	Суп картофельный с бобовыми и куриной грудкой 250г 144/2013	144/2013	250/25	6,22	6,47	15,23	144	31,90
3	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	47,72
4	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	10,57
5	Хлеб 51г	109/2013		3,36	0,61	17,03	88,74	5,35
6	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	2,44
Итого за 2-й Обед				27,9	37,78	81,7	738,61	138,00
Полдник								
1	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	12,17
2	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	20,83
Итого за Полдник				13,03	2,98	72,26	368,66	33,00
Буфет								
1	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	10,88
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	14,82
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	23,57
6	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	47,64
7	Котлета из говядины 90	381/2013	90	16,02	15,75	12,87	257,4	81,90
8	Картофель тушеный, 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					11,75
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	11,81
13	Котлета в тесте запеченная из птицы 100гр 736,747		100					41,95
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					19,06
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					49,94
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством _____

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57



МЕНЮ на 11 апреля 2025 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	17,05
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	19,19
3	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	12,60
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	30,81
6	Батон 45	111/2013	45	3	1,16	20,6	104,8	7,31
7	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
	Итого за Завтрак			17,17	24,61	99,67	692,85	99,76
2-й Завтрак								
1	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	22,73
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	19,19
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	30,81
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	17,80
3	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	47,64
4	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	12,04
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
6	Хлеб 35г	109/2013	35	2,31	0,42	11,69	60,9	3,67
	Итого за Обед			22,98	20,97	74,76	585,09	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	17,80
3	Птица, тушенная в сметанном соусе 75/75	290/2015		19,47	21,01	9,66	306,07	71,47
4	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	14,44
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
6	Хлеб 46г	109/2013	46	3,03	0,55	15,36	80,04	4,83
	Итого за 2-й Обед			31,39	33,23	89,26	791,02	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	12,12
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	16,82
6	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					76,44
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	27,97
9	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	33,59
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	4,16
13	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,38
	Итого за Буфет							
Диетическое питание								
1	Мясо отварное говядина с луком и морковью 50		50					72,10
2	Каша пшенная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,85
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
	Итого за Диетическое питание							
	Итого за день							

Калькулятор

Заведующая производством _____



МЕНЮ
на 14 апреля 2025 г.

День: понедельник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					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	19,58
2	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	18,91
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	13,83
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
7	Батон 45	111/2013	45	3	1,16	20,6	104,8	7,31
	Итого за Завтрак			15,4	28,01	79,02	608,65	99,76
2-й Завтрак								
1	Каша "Дружба" 200 гр	260/2013	200	5,26	11,66	25,06	226,2	26,09
2	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	13,83
3	Масло сливочное порциями, 15 г		15	0,12	10,87	0,19	99	18,91
4	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	23,16
5	Батон 48							7,80
6	Хлеб 20г	109/2013	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2,10
	Итого за 2-й Завтрак			14,54	31,37	47,83	511	92,00
Обед								
1	Икра свекольная 60гр	119/2013	60	1,44	4,26	6,24	69	6,53
2	Щи из свежей капусты с картофелем, 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	10,57
3	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	12,04
4	Соус томатный 40 гр №453 /2013	453/2013	40	0,43	1,49	2,77	26,24	3,82
5	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	59,81
6	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
7	Хлеб 46г	109/2013	46	3,03	0,55	15,36	80,04	4,83
	Итого за Обед			28,1	27,03	90,83	720,58	99,76
2-й Обед								
1	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	10,88
2	Щи из свежей капусты с картофелем и курицей и сметаной 250/25		250					37,54
3	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	14,44
4	Котлета рубленая из птицы (грудка) 100 гр	294/2015	100	17,44	16,76	16,28	286	62,76
5	Соус томатный 40 гр №453 /2013	453/2013	40	0,43	1,49	2,77	26,24	3,82
6	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
7	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	4,20
	Итого за 2-й Обед			29,79	26,64	92,86	731,74	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	12,19
	Итого за Полдник			6,8	4,86	56,32	296,42	28,43
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	7,80
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					13,47
6	Плов из птицы (грудка) 180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	54,83
7	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	63,16
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	27,97
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	20,83
12	Пирожок с картофелем 738,757/2004		75					8,54
	Итого за Буфет							
Диетическое питание								
1	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,88
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					49,94
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
	Итого за Диетическое питание							
	Итого за день							

Калькулятор

Заведующая производством _____