

Утверждаю:

ИП Князева Юлия Юрьевна

Князева Ю.Ю.

МЕНЮ на 5 мая 2025 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №

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 пшеничная 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	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	12,60
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	28,07
6	Батон 36	111/2013	36	3,48	1	17,88	91,17	5,85
7	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
Итого за Завтрак				19,35	25,08	99,5	719,27	99,76
2-й Завтрак								
1	Каша молочная пшеничная 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	28,07
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 свежих помидоров и огурцов 60г 18-2009	24/2015	60	0,58	3,64	2,02	42,42	23,28
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	18,24
3	Плов из птицы (грудка) 150гр	406/2013	150	11,43	11,36	27,07	256,4	45,73
4	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,61
5	Хлеб 46г	109/2013	46	3,03	0,55	15,36	80,04	4,83
Итого за Обед				17,29	20,52	79,22	571,86	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	38,81
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	18,24
3	Плов из птицы (грудка) 180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	54,88
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 2-й Обед				21,48	25,57	58,87	659,38	135,00
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	7,67
2	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	39,89
3	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	15,60
4	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	4,48
5	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	26,88
6	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	35,34
7	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	38,47
8	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	59,79
9	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					76,77
10	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	14,61
11	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	15,49
12	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	32,51
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	9,34
15	Сосиска в тесте запеченная 100г		100					31,55
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	19,15
2	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					27,60
3	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					50,19
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством _____



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57



МЕНЮ на 6 мая 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	22,85
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	30,37
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	22,85
2	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	17,4
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	30,37
5	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	6,5
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
Обед								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 60г 18-2009	24/2015	60	0,58	3,64	2,02	42,42	23,28
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	18,24
3	Плов из птицы (грудка) 150гр	406/2013	150	11,43	11,36	27,07	256,4	45,73
4	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,61
5	Хлеб 46г	109/2013	46	3,03	0,55	15,36	80,04	4,83
Итого за Обед				17,29	20,52	79,22	571,86	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	38,81
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	18,24
3	Плов из птицы (грудка) 180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	54,88
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 2-й Обед				21,48	25,57	58,87	659,38	135
Полдник								
1	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,3
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	7,67
2	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	39,89
3	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	16,6
4	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	4,48
5	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	26,88
6	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	35,34
7	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	38,47
8	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	59,79
9	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					76,77
10	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	14,61
11	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	15,49
12	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	32,51
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	9,34
15	Сосиска в тесте запеченная 100г		100					31,55
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	19,15
2	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					27,6
3	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					50,19
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством _____

Утверждаю:

ИП Князева Юлия Юрьевна
Ю.Ю. Князева Ю.Ю.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 54

МЕНЮ на 7 мая 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	65,64
2	Каша молочная " Геркулес " жидкая 100гр	266/2013	100	3,58	4,7	14,4	114,2	10,97
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	65,64
2	Каша молочная " Геркулес " жидкая 100гр	266/2013	100	3,58	4,7	14,4	114,2	10,97
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	Огурцы свежие 40г -2009-246	246/2009	40	0,48	0,08	1,84	9,6	14,28
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	4,48
3	Рыба , тушенная в томате с овощами, 120 г	343/2013		11,3	6,12	5,35	121,55	61,15
4	Рис отварной 150гр	414/2013	150	3,69	6,07	33,81	204,6	14,56
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
6	Хлеб 28г	109/2013	28	1,85	0,33	9,35	48,72	2,94
Итого за Обед				19,8	17,68	78,34	561,47	99,76
2-й Обед								
1	Огурцы свежие 40г -2009-246	246/2009	40	0,48	0,08	1,84	9,6	14,28
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	4,48
3	Рыба , тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	71,93
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	17,48
6	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
7	Хлеб 48г	109/2013	48	1,24	0,22	6,26	32,62	5,04
8	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
Итого за 2-й Обед				24	21,65	96,07	684,96	135,00
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	39,89
2	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	12,79
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	16,98
4	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	10,58
5	Плов из говядины 180гр	244/2015	180	18,36	17,2	29,25	356,4	95,72
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	9,34
8	Булочка ванильная 50	311/2009	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,60
9	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,27
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	82,90
3	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,64
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством _____



МЕНЮ
на 12 мая 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	19,48
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	25,96
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	7,17
2	Щи из свежей капусты с картофелем, 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	13,62
3	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	11,95
4	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	59,79
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
6	Хлеб 48г	109/2013	48	1,24	0,22	6,26	32,62	5,04
	Итого за Обед			25,88	25,21	78,96	646,92	99,76
2-й Обед								
1	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	11,94
2	Щи из свежей капусты с картофелем, 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	13,62
3	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	14,33
4	Котлета рубленая из птицы (грудка) 100 гр	294/2015	100	17,44	16,76	16,28	286	62,73
5	Соус томатный 40 гр №453 /2013	453/2013	40	0,43	1,49	2,77	26,24	3,82
6	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
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 2-й Обед			33,85	32,02	114,11	882,14	135,00
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	11,93
	Итого за Полдник			6,8	4,86	56,32	296,42	28,17
Буфет								
1	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	15,60
2	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	20,48
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	8,46
4	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	10,58
5	Суп картофельный с клецками 250/30 46/2009		250/30					16,00
6	Плов из птицы (грудка) 180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	54,88
7	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	70,76
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	35,34
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	20,64
12	Пирожок с картофелем 738,757/2004		75					9,82
	Итого за Буфет							
Диетическое питание								
1	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,64
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					50,19
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
	Итого за Диетическое питание							
	Итого за день							

Калькулятор

Заведующая производством _____

Утверждаю:

ИП Князева Юлия Юрьевна

Князева Ю.Ю.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №

МЕНЮ на 13 мая 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	Запеканка из творога со сгущенным молоком №366 /2004 120/10	366/2004	120/10	29,52	31,09	34,23	542,8	76,66
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 творогасо сгущенным молоком №366 /2004 100/10	366/2004	100/10	24,72	26,05	29,45	457,8	64,62
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 свежих огурцов 60г	17/2013	60	0,42	6,06	1,2	61,2	23,93
2	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	20,28
3	Рагу из птицы 214/2009 150 гр		150					44,31
4	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,61
5	Хлеб 35г	109/2013	35	2,31	0,42	11,69	60,9	3,67
Итого за Обед				5,53	10,73	55,01	340,1	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	39,89
2	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	20,28
3	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	53,16
4	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
5	Хлеб 36г	109/2013		2,5	0,45	12,69	66,12	3,78
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
Итого за 2-й Обед				23,06	35,25	73,87	704,82	135,00
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	8,38
Итого за Полдник				13,14	8,7	37,2	279,3	38,93
Буфет								
1	Салат картофельный с огурцами солеными, 100 г	32/2009	100	1,6	5,26	12,68	102,89	17,19
2	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	12,79
3	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	13,51
4	Суп картофельный с крупой 138/2004 350 г		350					24,02
5	Суп-лапша домашняя с куриной грудкой	56/2009	250/20	2,45	4,89	13,91	109,38	27,67
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 тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	38,47
9	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	14,33
10	Компот из кураги , 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,65
11	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
12	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,27
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					144,39
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 №



МЕНЮ
на 14 мая 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	43,06
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 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			22,22	38,35	47,54	623,23	99,76
2-й Завтрак								
1	Омлет натуральный 180 гр	301/2013		15,5	24,09	4,15	293,54	52,83
2	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	17,40
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 30	111/2013	30	2,26	0,88	15,42	78,6	4,88
	Итого за 2-й Завтрак			21,42	36,64	34,9	553,14	92,00
Обед								
1	Салат из свеклы отварной 60г	50/2013	60	0,9	3,3	5,04	53,4	5,07
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	4,48
3	Котлета Московская 90 гр,	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	66,43
4	Соус томатный 40 гр №453 /2013	453/2013	40	0,43	1,49	2,77	26,24	3,82
5	Каша гречневая рассыпчатая 150гр 237/2013	237/2013	150	8,55	7,85	37,08	253,05	13,04
6	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,28
7	Хлеб 43г	109/2013	43	2,83	0,51	14,36	74,82	4,51
	Итого за Обед			26,36	45,01	95,93	904,61	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	8,46
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	26,68
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	15,64
6	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
7	Хлеб 28г	109/2013	28	1,85	0,33	9,35	48,72	2,94
	Итого за 2-й Обед			33,56	54,71	102,92	1 048,02	135,00
Полдник								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
2	Булочка ванильная 100		100					8,27
	Итого за Полдник			1		20,2	84,8	24,51
Буфет								
1	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	43,54
2	Салат из соленых огурцов с луком 30/2009 100гр	30/2009	100	0,08	5	1,8	55,77	27,60
3	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	15,60
4	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	18,24
5	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	20,28
6	Котлеты припущенные из птицы 90г (грудка)	209/2013	90	14,16	16	9,63	239,25	57,85
7	Рыба, тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	71,93
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	35,34
9	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	17,48
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	9,34
12	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	12,84
13	Котлета в тесте запеченная из говядины 100гр 736,747		100					43,42
	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	82,90
3	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					27,60
	Итого за Диетическое питание							
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством _____

Утверждаю:

ИП Князева Юлия Юрьевна

Князева Ю.Ю.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №

МЕНЮ на 15 мая 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 150 гр	268/2013	150	4,15	6,45	24,3	172,05	16,85
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	31,89
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	22,46
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	31,89
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	Помидоры свежие 50г -2009-246		50					20,29
2	Борщ с капустой и картофелем 250гр 128/2013	128/2013	250	1,83	5	10,65	95	12,32
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	11,95
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				23,87	20,29	77,83	590,95	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	43,54
2	Борщ с капустой и картофелем 250гр 128/2013	128/2013	250	1,83	5	10,65	95	12,32
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 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	14,33
5	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	9,34
6	Хлеб 52							5,45
7	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	2,44
Итого за 2-й Обед				23,88	30,46	78,14	682,89	135,00
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	20,64
Итого за Полдник				15,15	4,94	65,53	366,86	39,88
Буфет								
1	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	39,89
2	Салат картофельный 75г 72/2013		75					11,71
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	16,98
4	Суп картофельный с рыбными фрикадельками 250/50 149/2013		250/25					33,45
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					50,19
7	Рагу из овощей 180гр	195/2013	180	3,6	9,63	15,3	162	26,32
8	Картофель тушенный, 180г,	142/2015	180	4,34	16,6	28,94	281,43	27,79
9	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	9,34
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					14,27
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,64
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					50,19
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством _____

Утверждаю

ИП Князева Юлия Юрьевна
Ю.Ю. Князева Ю.Ю.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ №

МЕНЮ на 16 мая 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	34,07
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	25,86
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	40,89
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	25,86
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	Салат из белокочанной капусты 60 45/2015	45/2015	75	7,8	19,5	37,6	10,02	10,35
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	4,48
3	Котлеты рыбные 90гр	345/2013	90	12,51	1,89	8,64	101,7	63,67
4	Рис отварной 150гр	414/2013	150	3,69	6,07	33,81	204,6	14,56
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 Обед				27,8	32,78	114,72	528,12	99,76
2-й Обед								
1	Салат из белокочанной капусты 100гр 45-2015	45/2015	100	1,32	3,24	6,27	16,7	17,26
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	4,48
3	Котлеты рыбные 120гр	345/2013	120	16,68	2,52	11,52	135,6	84,91
4	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	17,48
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
6	Хлеб 46г	109/2013	46	3,03	0,55	15,36	80,04	4,83
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
Итого за 2-й Обед				28,68	18,97	107,05	682,04	135,00
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	15,49
Итого за Полдник				1,88	2,13	21,96	114,52	31,73
Буфет								
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	12,79
2	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	38,81
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	8,46
4	Суп картофельный с крупной рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	13,93
5	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	10,58
6	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	59,79
7	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	82,90
8	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	14,33
9	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,64
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	12,84
13	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	15,49
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					144,39
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством _____