

Утверждаю:

ИП Князева Юлия Юрьевна
Князева Ю.Ю.

МЕНЮ на 1 сентября 2025 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 57

День: понедельник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Борщ с капустой и картофелем 250г 82/2015	82/2015	250	1,8	4,92	10,93	103,75	13,64
2	Булочка "Веснушка" 50г	307/2009	50	3,84	3,67	29,42	166,1	4,09
3	Булочка ванильная 50	311/2009	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,64
4	Булочка домашняя 100 г	312/2009	100	7,28	11,78	61,32	380,4	8,88
5	Булочка домашняя 50 г	312/2009	50	3,64	5,89	30,66	190,2	4,44
6	Булочка дорожная 100		100					8,75
7	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,38
8	Булочка сдобная с помардой 100гр		100					10,39
9	Бутерброд с маслом 30 гр	94/2013	30	1,2	12,5	7,5	147	21,34
10	Бутерброд с сыром 35 гр	91/2013	35	5	8,1	7,4	123	26,14
11	Ватрушка куриным фаршем и сыром 100 г	69	100	9,89	16,25	28,3	229	36,44
12	Ватрушка мясным фаршем и сыром 100 г	69	100	9,89	16,25	28,3	229	54,05
13	Ватрушка с сыром 70 г	69	80	9,89	16,25	28,3	229	30,99
14	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	20,67
15	Вода пит. не газир. 0,5 л		1 шт					29,58
16	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	9,01
17	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	19,51
18	Какао с молоком сгущенным 694/2004		200					19,06
19	Картофель отварной 150гр 2009-239		150					10,97
20	Картофель тушеный, 180г,	142/2015	180	4,34	16,6	28,94	281,43	13,64
21	Каша "Дружба" 200 гр	260/2013	200	5,26	11,66	25,06	226,2	25,81
22	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,52
23	Каша манная молочная жидкая 200гр	262/2013	200	6,2	7,46	30,86	215,4	19,74
24	Каша молочная "Геркулес" жидкая 200гр	266/2013	200	7,16	9,4	28,8	228,4	20,99
25	Каша молочная пшеничная жидкая 200 гр	267/2013	200	7,8	9,46	35,8	283,6	20,72
26	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	22,15
27	Кекс Столичный, 75 гр(без изюма)		75					28,26
28	Компот из изюма	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	12,17
29	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,48
30	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,61
31	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	10,13
32	Коржик молочный 80гр 318/2009		80					19,84
33	Котлета в тесте запеченная из говядины 100гр 736,747		100					43,43
34	Котлета в тесте запеченная из птицы 100гр 736,747		100					42,53
35	Котлета Московская 90 гр,	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	66,36
36	Котлета рубленая из птицы (грудка) 100 гр	294/2015	100	17,44	16,76	16,28	286	64,16
37	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	61,08
38	Котлеты рыбные 90гр	345/2013	90	12,51	1,89	8,64	101,7	66,56
39	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	19,81
40	Кофейный напиток с молоком		200					9,63
41	Курица в соусе с томатом	210/2009	100	28,75	3,46	4,53	445,24	50,12
42	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	14,33
43	Макароны с сыром 180гр		180	8,28	6,48	35,1	232,2	40,89
44	Макароны с сыром 180гр		180	8,28	6,48	35,1	232,2	40,89
45	Масло сливочное порциями, 10 г	14/2015	10	0,08	7,25	0,13	66	12,60
46	Мясо отварное говядина с луком и морковью 50		50					72,01
47	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	10,57
48	Омлет натуральный 200 гр	301/2013	200	17,23	26,77	4,61	326,15	58,70
49	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	14,51
50	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	13,27
51	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	10,58
52	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	13,37
53	Пирожок с повидлом 75гр	335/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,62	12,11
54	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,77
55	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	32,14
56	Плов из птицы (грудка)180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	54,92
57	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					51,08
58	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	48,73
59	Пюре из гороха с маслом 180гр 129,130-2009		180					11,48
60	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	22,95
61	Рагу из овощей 180гр	195/2013	180	3,6	9,63	15,3	162	14,80
62	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	44,71
63	Расстегай с мясом 75гр	353/2009	75	5,66	4,3	32,02	270,2	37,30
64	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	16,82
65	Рыба, тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	73,86
66	Салат из белокочанной капусты 100гр 45-2015	45/2015	100	1,32	3,24	6,27	16,7	10,78
67	Салат из моркови 100г	9/2009	100	1,14	10,08	10,38	136,8	7,26
68	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	21,87
69	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	20,83

73	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	19,24
74	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	6,18
75	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	11,79
76	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	7,49
77	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
78	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
79	Сосиска в тесте запеченная 100г		100					31,55
80	Сосиска отварная 55гр 205-2009		55					30,72
81	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	20,50
82	Суп картофельный 250 г	97/2015	250	2,34	2,8	16,87	114	8,80
83	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	6,93
84	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	14,12
85	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	5,66
86	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель) 250гр	53/2009	250	6,98	7,65	24,66	195,1	17,43
87	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,62
88	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	17,40
89	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	5,48
90	Чай с молоком, 200	495/2013		1,5	1,3	15,9	81	5,86
91	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,42
92	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	11,17
	Итого за							
	Итого за день							

Калькулятор

Заведующая производством _____



МЕНЮ
на 1 сентября 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 молочная пшенная жидкая 150 гр	267/150	150	5,85	7,09	26,85	212,7	15,55
2	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	14,39
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	32,99
6	Батон 35	111/2013	35	3,48	1	17,88	91,17	5,69
7	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
	Итого за Завтрак			17,55	23,38	83,7	614,27	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	Кофейный напиток с молоком 2,5%	501/2013	200	3,2	2,7	15,9	79	14,39
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	32,99
5	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	6,50
	Итого за 2-й Завтрак			19,28	18,54	91,86	615,4	92,00
	Обед							
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 60г 18-2009	24/2015	60	0,58	3,64	2,02	42,42	11,54
2	Щи из свежей капусты с картофелем и курицей 250/25	142/2013	250/25	38,75	11,02	7,89	165	28,20
3	Плов из птицы (грудка)150гр	406/2013	150	11,43	11,36	27,07	256,4	45,76
4	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,61
5	Хлеб 48г	109/2013	48	1,24	0,22	6,26	32,62	5,04
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
	Итого за Обед			53,25	26,53	75,38	632,64	99,76
	2-й Обед							
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	19,24
2	Щи из свежей капусты с картофелем и курицей 250/25	142/2013	250/25	38,75	11,02	7,89	165	28,20
3	Плов из птицы (грудка) 210 гр	406/2013	210	16	15,9	37,9	359	64,04
4	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
5	Хлеб 60г	109/2013	60	3,96	0,72	20,04	104,4	6,29
6	Батон 25	111/2013	25	1,88	0,73	12,85	65,5	4,06
	Итого за 2-й Обед			62,55	34,45	102,53	849,4	138,00
	Полдник							
1	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,38
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	11,99
	Буфет							
1	Салат из свеклы с яблоками 60 гр	60/2013	60	0,72	3,24	6,78	59,4	7,08
2	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	21,87
3	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	7,49
4	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,62
5	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	20,50
6	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	22,95
7	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	23,33
8	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	61,08
9	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					76,13
10	Пирожок печеный из кураги	473/2015	75	0,59	0,03	11,98	50,55	14,51
11	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	13,27
12	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	32,14
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	10,13
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	19,24
2	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					13,13
3	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					51,08
	Итого за Диетическое питание							
	Итого за день							

Калькулятор

Заведующая производством _____



Сотласовано:
Директор МБОУ СОШ № 1



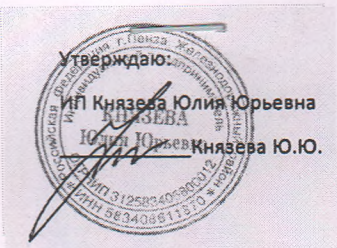
МЕНЮ
на 2 сентября 2025 г.

День: вторник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак								
1	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	17,40
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	5,48
5	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	33,88
6	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	6,50
7	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
Итого за Завтрак				16,1	21,4	83,49	592,3	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 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	23,16
3	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	5,48
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	33,88
5	Батон 41	111/2013	41	3,08	1,2	15,8	107,42	6,66
Итого за 2-й Завтрак				15,6	15,55	75,26	529,52	92,00
Обед								
1	Салат из свеклы отварной 60г	50/2013	60	0,9	3,3	5,04	53,4	3,71
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	6,93
3	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	61,08
4	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	11,95
5	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	10,13
6	Хлеб 40г	109/2013	40	2,64	0,48	13,36	69,6	4,20
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
Итого за Обед				27,77	22,54	94,33	697,89	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	6,18
2	Суп картофельный с крупой рисом и курицей 101/2015 250/25г	101/2015	250/25	1,97	2,71	12,44	85,75	27,81
3	Котлета рубленая из птицы (грудка) 100 гр	294/2015	100	17,44	16,76	16,28	286	64,16
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	14,33
6	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,48
7	Хлеб 67г	109/2013	67	4,42	0,8	22,38	116,58	7,03
8	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	3,25
Итого за 2-й Обед				34,82	28,69	135,03	944,67	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	10,58
Итого за Полдник				1,53	1,01	24,3	112,42	26,82
Буфет								
1	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	20,83
2	Икра морковная 100г 78/2004		100					9,32
3	Салат из свежих огурцов 100г	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	21,87
4	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	11,17
5	Суп картофельный с фрикадельками 250/25	149/2013	250/25	5,75	6,1	16,4	143,5	26,84
6	Котлета Московская 90 гр,	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	66,36
7	Рагу из птицы 214/2009 180 гр	214/2009	180	15,81	20,16	18,72	317,7	44,71
8	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	14,33
9	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	13,27
10	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	13,37
11	Компот из яблок	282/2009	200	0,16		14,99	60,64	10,13
12	Пицца школьная	413/2015		9,89	16,25	28,3	299	32,14
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					72,01
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



МЕНЮ
на 3 сентября 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 75 /10	313/2013	75/10	12,72	13,45	17,5	245,3	48,76
2	Каша молочная " Геркулес " жидкая 150гр	266/2013	150	5,37	7,05	21,6	171,3	15,75
3	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,42
4	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	23,16
5	Батон 50	111/2013	50	3,76	1,47	25,7	131	8,13
6	Хлеб 15г	109/2013	15	0,99	0,18	5,01	26,1	1,57
	Итого за Завтрак			27,58	28,05	84,81	705,7	99,76
2-й Завтрак								
1	Запеканка из творога со сгущенным молоком 75 /10	313/2013	75/10	12,72	13,45	17,5	245,3	48,76
2	Каша молочная " Геркулес " жидкая 200гр	266/2013	200	7,16	9,4	28,8	228,4	20,99
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	2,42
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 2-й Завтрак			27,2	28,6	80,44	713,12	92,00
Обед								
1	Салат из свежих огурцов 60г	17/2013	60	0,42	6,06	1,2	61,2	13,12
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,62
3	Рыба , тушенная в томате с овощами, 120 г	343/2013		11,3	6,12	5,35	121,55	62,78
4	Рис отварной 150гр	414/2013	150	3,69	6,07	33,81	204,6	14,01
5	Чай с сахаром 200г	493/2013	200	0,1		15	60	2,42
6	Хлеб 35г	109/2013	35	2,31	0,42	11,69	60,9	3,67
	Итого за Обед			20,2	23,75	80,04	625,25	99,76
2-й Обед								
1	Салат из свежих огурцов 100гр	17/2013	100	0,7	10,1	2	102	21,87
2	Суп с макаронными изделиями	111/2015	250	2,38	5,08	12,99	117	3,62
3	Рыба , тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	73,86
4	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	16,82
5	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
6	Хлеб 38г	109/2013	38	2,5	0,45	12,69	66,12	3,99
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
	Итого за 2-й Обед			25,05	30,41	99,89	784,62	138,00
Полдник								
1	Кофейный напиток на сгущенном молоке 200гр	500/2013	200	2,9	2	20,9	113	19,81
2	Пирожок печеный со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	13,37
	Итого за Полдник			8,7	6,86	57,02	324,63	33,18
Буфет								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	19,24
2	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	11,79
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	12,00
4	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	5,66
5	Плов из говядины 180гр	244/2015	180	18,36	17,2	29,25	356,4	95,19
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	10,13
8	Булочка ванильная 50	311/2009	50	7,34	3,7	29,16	179,3	3,64
9	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,77
	Итого за Буфет							
Диетическое питание								
1	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,90
2	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	80,79
3	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,52
	Итого за Диетическое питание							
	Итого за день							

Калькулятор
Заведующая производством _____



МЕНЮ
на 4 сентября 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	19,17	
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 молоком, 200	495/2013	200	1,5	1,3	15,9	81	7,41	
5	Батон 45	111/2013	45	3	1,16	20,6	104,8	7,31	
6	Хлеб 20г	109/2013	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2,10	
7	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	33,76	
	Итого за Завтрак			16,77	21,98	92,07	638,92	99,76	
	2-й Завтрак								
1	Каша гречневая вязкая на молоке 200 г	104/2009	205	7,94	8,21	35,13	246,17	23,10	
2	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	5,48	
3	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	23,16	
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	33,76	
5	Батон 40	111/2013	40	4	1,16	20,56	104,8	6,50	
	Итого за 2-й Завтрак			17,48	16,07	90,49	577,97	92,00	
	Обед								
1	Салат из свежих помидоров 75г 22-2009	22/2013	75	0,75	7,65	2,62	82,5	15,63	
2	Суп картофельный с бобовыми и куриной грудкой 250г 144/2013	144/2013	250/25	6,22	6,47	15,23	144	29,83	
3	Рагу из птицы 214/2009 150 гр		150					37,26	
4	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	10,57	
5	Хлеб 45г	109/2013	45	3,63	0,66	18,43	96	4,72	
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63	
	Итого за Обед			12,03	15,07	62,43	395,57	99,76	
	2-й Обед								
1	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	20,83	
2	Суп картофельный с бобовыми и куриной грудкой 250г 144/2013	144/2013	250/25	6,22	6,47	15,23	144	29,83	
3	Рагу из птицы 214/2009 220 гр	214/2009	220	19,3	24,62	22,89	387,91	54,61	
4	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75	
5	Хлеб 65г		65					6,82	
6	Батон 25	111/2013	25	1,88	0,73	12,85	65,5	4,06	
	Итого за 2-й Обед			29,4	42,02	74,67	792,21	138,00	
	Полдник								
1	Компот из кураги , 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,48	
2	Ватрушка с творогом 75	359,330/20	60	12,25	2,94	44,63	253,86	20,67	
	Итого за Полдник			13,03	2,98	72,26	368,66	32,15	
	Буфет								
1	Икра свекольная 100гр	119/2013	100	2,4	7,1	10,4	115	9,01	
2	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	20,83	
3	Борщ с капустой и картофелем, сметаной 250г	128/2013	250/10	1,85	5	10,65	95	12,00	
4	Суп картофельный с рыбой (минтай)	50/2009	250	13,21	4,11	6,7	116,24	30,58	
5	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	20,50	
6	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	48,73	
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	13,64	
9	Пюре из гороха с маслом 180гр 129,130-2009		180					11,48	
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 со сгущенным молоком 75 г	738/2009	75	5,8	4,86	36,12	211,63	13,37	
13	Котлета в тесте запеченная из птицы 100гр 736,747		100					42,53	
	Итого за Буфет								
	Диетическое питание								
1	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					13,13	
2	Птица отварная (грудка) 75г 487-2004		75					51,08	
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,90	
	Итого за Диетическое питание								
	Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством _____



МЕНЮ
на 5 сентября 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	16,62
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	19,51
3	Сыр порциями 20 гр	15/2015	20	4,64	5,9		72	23,16
4	Яблоко	112/2013	1шт	0,8	0,8	19,6	94	33,50
5	Батон 36	111/2013	36	3,48	1	17,88	91,17	5,85
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
Итого за Завтрак				18,73	18,67	96,82	630,62	99,76
2-й Завтрак								
1	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	268/2013	200	5,54	8,62	32,4	229,4	22,15
2	Какао с молоком 200гр	497/2013	200	5	4,4	31,7	184	19,51
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	33,50
5	Батон 30	111/2013	30	2,26	0,88	15,42	78,6	4,88
Итого за 2-й Завтрак				17,08	19,13	99,12	640,6	92,00
Обед								
1	Салат из белокочанной капусты 60 45/2015	45/2015	60	7,8	19,5	37,6	10,02	6,47
2	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	14,73
3	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	48,73
4	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	11,95
5	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	11,48
6	Хлеб 45г	109/2013	45	3,63	0,66	18,43	96	4,72
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
Итого за Обед				33,53	41,04	136,87	711,21	99,76
2-й Обед								
1	Салат из белокочанной капусты 100гр 45-2015	45/2015	100	1,32	3,24	6,27	16,7	10,78
2	Суп из овощей (с горошком)	44/2009	250	1,93	5,86	12,59	115,24	14,73
3	Птица, тушенная в сметанном соусе 75/75	290/2015		19,47	21,01	9,66	306,07	73,10
4	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	14,33
5	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
6	Хлеб 53	109/2013	53	3,49	0,63	17,76	92,22	5,56
7	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	3,25
Итого за 2-й Обед				35,49	32,13	111,61	841,33	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	4,38
Итого за Полдник				8,34	3,7	49,36	264,1	20,62
Буфет								
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	11,79
2	Салат из свежих помидоров 100г	22/2013	100	1	10,2	3,5	110	20,83
3	Салат из моркови 100г	9/2009	100	1,14	10,08	10,38	136,8	7,26
4	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	6,93
5	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	14,12
6	Гуляш из говядины 50/50 437/2004		50/50					76,13
7	Рыба, тушенная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	42,18
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	22,95
9	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	23,33
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	4,09
13	Пирожок с яблоками 75гр		75					14,77
Итого за Буфет								
Диетическое питание								
1	Мясо отварное говядина с луком и морковью 50		50					72,01
2	Каша пшенная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,85
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,90
Итого за Диетическое питание								
Итого за день								

Калькулятор

Заведующая производством _____