

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

«Титан-2001»

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 57

57

МЕНЮ  
на 27 января 2025 г.

День: понедельник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Каша "Дружба" 150	260/2013	150	3,94	8,74	18,79	169,65	18,99
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	17,70
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 16г	109/2013		0,99	0,18	5,01	26,1	1,68
7	Батон 50	111/2013	50	3,76	1,47	25,7	131	8,13
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>16,49</b>	<b>28,38</b>	<b>85,79</b>	<b>643,55</b>	<b>99,76</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Каша "Дружба" 200 гр	260/2013	200	5,26	11,66	25,06	226,2	25,30
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	23,57
5	Батон 35	111/2013	35	3,48	1	17,88	91,17	5,69
	<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>16,74</b>	<b>35,76</b>	<b>59,1</b>	<b>600,37</b>	<b>92,00</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из моркови 60г	9/2009	60	0,68	6,04	6,23	82,08	4,39
2	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	13,90
3	Макароны отварные 150г 291/13	291/2013	150	5,66	0,68	29,04	144,9	11,38
4	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	61,88
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
7	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
	<b>Итого за Обед</b>			<b>25,95</b>	<b>27,3</b>	<b>84,51</b>	<b>688,38</b>	<b>99,76</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Салат из моркови 100г	9/2009	100	1,14	10,08	10,38	136,8	7,32
2	Щи из свежей капусты с картофелем и курицей и сметаной 250/25		250					36,89
3	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	13,65
4	Котлета рубленая из птицы (грудка) 100 гр	294/2015	100	17,44	16,76	16,28	286	65,11
5	Компот из смеси сухофруктов	508/2013	200	0,5		27	110	7,18
6	Хлеб 43г	109/2013	43	2,83	0,51	14,36	74,82	4,51
7	Батон 20	111/2013	20	1,5	0,58	10,28	52,4	3,25
	<b>Итого за 2-й Обед</b>			<b>30,19</b>	<b>28,74</b>	<b>113,15</b>	<b>833,92</b>	<b>138,00</b>
<b>Полдник</b>								
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	13,13
	<b>Итого за Полдник</b>			<b>6,8</b>	<b>4,86</b>	<b>56,32</b>	<b>296,42</b>	<b>29,37</b>
<b>Буфет</b>								
1	Салат картофельный 100гр	72/2013	180	1,9	5,4	13,4	110	10,25
2	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	19,80
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	6,92
4	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	7,29
5	Суп картофельный с клецками 250/30 46/2009		250/30					13,82
6	Плов из птицы (грудка) 180гр	406/2013	180	13,72	13,63	5,41	307,68	56,08
7	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	63,75
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	26,74
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	21,76
12	Пирожок с картофелем 738,757/2004		75					9,66
	<b>Итого за Буфет</b>							
<b>Диетическое питание</b>								
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					52,62
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
	<b>Итого за Диетическое питание</b>							
<b>Итого за день</b>								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 57

МЕНЮ  
на 28 января 2025 г.

День: вторник

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
				5	6	7	8	
<b>Завтрак</b>								
1	Запеканка из творога со сгущенным молоком №366 /2004 120/10	366/2004	120/10	29,52	31,09	34,23	542,8	76,34
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 44	111/213	44	4,46	1,29	22,95	117	7,15
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>34,16</b>	<b>39,63</b>	<b>72,51</b>	<b>786,8</b>	<b>99,76</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Запеканка из творога со сгущенным молоком №366 /2004 100/10	366/2004	100/10	24,72	26,05	29,45	457,8	64,28
2	Каша манная молочная жидкая 100гр.	262/2013	100	3,06	3,68	15,27	106,62	9,44
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 25	111/2013	25	1,88	0,73	12,85	65,5	4,06
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>				<b>29,84</b>	<b>37,71</b>	<b>72,7</b>	<b>755,92</b>	<b>92,00</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из квашеной капусты 60г	48/2013	60	0,96	6,06	1,8	65,4	11,88
2	Суп картофельный с куриной грудкой 250 г	97/2015	250/25	2,34	2,8	16,87	114	29,90
3	Рагу из птицы 214/2009 150 гр		150				40,51	59,81
4	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	9,87
5	Хлеб 55г	109/2013	55	3,63	0,66	18,37	95,7	5,77
6	Батон 10	111/2013	10	0,75	0,29	5,14	26,2	1,63
<b>Итого за Обед</b>				<b>8,36</b>	<b>9,81</b>	<b>63,19</b>	<b>348,17</b>	<b>99,76</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Салат из квашеной капусты 100г	48/2013	100	1,6	10,1	3	109	19,80
2	Суп картофельный с куриной грудкой 250 г	97/2015	250/25	2,34	2,8	16,87	114	29,90
3	Рагу из птицы 214/2009 220 гр	214/2009	220	19,3	24,62	22,89	387,91	59,81
4	Сок 0,2	389/2015	1шт	1		20,2	84,8	21,75
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
<b>Итого за 2-й Обед</b>				<b>26,23</b>	<b>38,03</b>	<b>74,36</b>	<b>754,53</b>	<b>138,00</b>
<b>Полдник</b>								
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	9,96
<b>Итого за Полдник</b>				<b>13,14</b>	<b>8,7</b>	<b>37,2</b>	<b>279,3</b>	<b>40,51</b>
<b>Буфет</b>								
1	Салат картофельный с огурцами солеными, 100 г	32/2009	100	1,6	5,26	12,68	102,89	13,16
2	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	11,08
3	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	9,53
4	Суп картофельный с крупой 138/2004 350 г		350					17,51
5	Суп-лапша домашняя с куриной грудкой	56/2009	250/20	2,45	4,89	13,91	109,38	28,82
6	Котлета из говядины 100		100					82,75
7	Птица, тушенная в сметанном соусе 50/50	290/2015	50/50	12,98	14,01	6,44	204,05	49,73
8	Капуста тушеная 180 гр	423/2013	180	6,66	6,48	7,02	113,4	29,93
9	Макаронные изделия отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	13,65
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					15,05
13	Булочка дорожная 50	425/2015	50	7,34	3,7	29,16	179,3	4,82
<b>Итого за Буфет</b>								
<b>Диетическое питание</b>								
1	Каша пшеничная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,31
2	Мясо отварное говядина с луком и морковью 100		100					128,18
3	Напиток из плодов шиповника	289/2009	200	0,68		21,01	46,87	9,87
<b>Итого за Диетическое питание</b>								
<b>Итого за день</b>								

Калькулятор

Заведующая производством

Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.

«Титан-2001»



Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 57



МЕНЮ  
на 29 января 2025 г.

День: среда

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход					Цена
				Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Омлет натуральный 150гр	301/2013	150	12,92	20,07	3,45	244,61	57,83
2	Сыр порциями 15 гр	15/2015	15	3,48	4,42		54	17,70
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
6	Хлеб 10г	109/2013	10	0,66	0,12	3,34	17,4	1,05
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>20,47</b>	<b>33,11</b>	<b>44,48</b>	<b>555,4</b>	<b>99,76</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Омлет натуральный 180 гр	301/2013		15,5	24,09	4,15	293,54	70,49
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 32	111/2013		2,41	0,94	16,44	83,6	5,20
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>				<b>18,09</b>	<b>32,28</b>	<b>35,92</b>	<b>504,14</b>	<b>92,00</b>
<b>Обед</b>								
1	Салат из белокочанной капусты с морковью 60г	4/2013	60	0,96	6,06	5,76	81,6	5,72
2	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	9,44
3	Котлета Московская 90 гр.	270/2015	90	11,17	26,78	8,69	320,1	59,71
4	Каша гречневая рассыпчатая 150гр 237/2013	237/2013	150	8,55	7,85	37,08	253,05	12,76
5	Чай с лимоном 200г	494/2013	200	0,1		15,2	61	4,37
6	Хлеб 50г	109/2013	50	3,3	0,6	16,7	87	5,25
7	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	2,44
<b>Итого за Обед</b>				<b>27,18</b>	<b>44,44</b>	<b>103,25</b>	<b>927,8</b>	<b>99,76</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Салат из белокочанной капусты с морковью 100г	4/2013	100	1,6	10,1	9,6	136	9,53
2	Суп картофельный с крупой рисом и курицей 101/2015 250/25гр	101/2015	250/25	1,97	2,71	12,44	85,75	30,69
3	Котлета Московская 100 гр	270/2015	100/5	12,34	29,6	9,61	353,8	65,69
4	Каша гречневая рассыпчатая 180гр 237/2013	237/2013	180	10,26	9,41	44,49	303,66	15,30
5	Компот из кураги , 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	12,17
6	Хлеб 45г	109/2013	45	3,63	0,66	18,43	96	4,72
<b>Итого за 2-й Обед</b>				<b>30,58</b>	<b>52,52</b>	<b>122,2</b>	<b>1 090,01</b>	<b>138,00</b>
<b>Полдник</b>								
1	Сок разливной	389/2015	200	1		20,2	84,8	16,24
2	Булочка ванильная 100		100					10,37
<b>Итого за Полдник</b>				<b>1</b>		<b>20,2</b>	<b>84,8</b>	<b>26,61</b>
<b>Буфет</b>								
1	Салат из моркови 100г	9/2009	100	1,14	10,08	10,38	136,8	7,32
2	Салат из соленых огурцов с луком 30/2009 100гр	30/2009	100	0,08	5	1,8	55,77	26,84
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	6,92
4	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 250 г	142/2013	250	1,75	4,97	7,77	83	13,90
5	Суп картофельный с бобовыми 250г	144/2013	250	2,3	4,25	15,12	108	16,06
6	Котлеты припущенные из птицы 90гр (грудка)	209/2013	90	14,16	16	9,63	239,25	60,03
7	Рыба тушеная в томате с овощами, 140 г	343/2013	140	13,3	7,2	6,3	143	62,62
8	Пюре картофельное 180 гр	429/2013	180	3,78	7,92	19,62	165,6	26,74
9	Рис отварной 180гр	414/2013	180	4,42	7,29	40,57	245,5	18,03
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	8,60
12	Пирожок печеный с картофелем 75г	467/2015	75	0,53	1,01	4,1	27,62	12,60
13	Котлета в тесте запеченная из говядины 100гр 736,747		100					40,67
<b>Итого за Буфет</b>								
<b>Диетическое питание</b>								
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	75,13
3	Картофель отварной 180гр 2009-239		180					18,09
<b>Итого за Диетическое питание</b>								
<b>Итого за день</b>								

Калькулятор

Заведующая производством



Утверждаю:  
Генеральный директор ООО «Титан-2001»

Рыбин В.Н.



Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 57



**МЕНЮ**  
на 31 января 2025 г.

День: пятница

№ п/п	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Завтрак</b>								
1	Макароны с сыром 150гр		150	8,28	6,48	35,1	232,2	33,60
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	26,68
5	Батон 57	111/2013	57	5,8	1,68	29,81	151,96	9,27
6	Хлеб 20г	109/2013	20	1,32	0,24	6,68	34,8	2,10
	<b>Итого за Завтрак</b>			<b>16,46</b>	<b>23,7</b>	<b>106,65</b>	<b>705,96</b>	<b>99,76</b>
<b>2-й Завтрак</b>								
1	Макароны с сыром 180гр		180	8,28	6,48	35,1	232,2	40,32
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	26,68
5	Батон 30	111/2013	30	2,26	0,88	15,42	78,6	4,88
	<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>11,56</b>	<b>19,03</b>	<b>85,31</b>	<b>563,8</b>	<b>92,00</b>
<b>Обед</b>								
1	Огурец соленый 35г 247/2009		35					9,37
2	Борщ с капустой и картофелем 250гр 128/2013	128/2013	250	1,83	5	10,65	95	9,33
3	Котлеты рыбные 90гр	345/2013	90	12,51	1,89	8,64	101,7	57,36
4	Картофель тушеный, 150г,	142/2015	150	3,26	12,58	22,66	216	15,48
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
	<b>Итого за Обед</b>			<b>20,2</b>	<b>19,92</b>	<b>69,84</b>	<b>539,82</b>	<b>99,76</b>
<b>2-й Обед</b>								
1	Салат из соленых огурцов с луком 30/2009 100гр	30/2009	100	0,08	5	1,8	55,77	26,84
2	Борщ с капустой и картофелем 250гр 128/2013	128/2013	250	1,83	5	10,65	95	9,33
3	Котлеты рыбные 100гр	345/2013	100	13,9	2,1	9,6	113	63,75
4	Картофель тушеный, 180г,	142/2015	180	4,34	16,6	28,94	281,43	18,39
5	Компот из кураги, 200 г	348/2015	200	0,78	0,04	27,63	114,8	12,17
6	Батон 15	111/2013	15	1,13	0,44	7,71	39,3	2,44
7	Хлеб 48г	109/2013	48	1,24	0,22	6,26	32,62	5,04
	<b>Итого за 2-й Обед</b>			<b>23,3</b>	<b>29,4</b>	<b>92,59</b>	<b>731,92</b>	<b>138,00</b>
<b>Полдник</b>								
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	15,45
	<b>Итого за Полдник</b>			<b>1,88</b>	<b>2,13</b>	<b>21,96</b>	<b>114,52</b>	<b>31,69</b>
<b>Буфет</b>								
1	Салат из свеклы с яблоками 100г	60/2013	100	1,2	5,4	11,3	99	11,08
2	Салат из свежих помидоров и огурцов 100г	24/2015	100	0,96	6,08	3,65	70,7	36,95
3	Салат из свеклы отварной 100г	50/2013	100	1,5	5,5	8,4	89	6,92
4	Суп картофельный с крупой рисом 250гр	101/2015	250	1,97	2,71	12,11	85,75	9,44
5	Суп картофельный с вермишелью	112/2015	250	2,56	2,78	15,68	109	7,29
6	Котлета рубленая из птицы (грудка) 90 гр	294/2015	90	15,69	15,08	14,65	257,4	61,88
7	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	202/2009	100/40	9,16	13,53	9,44	196,14	75,13
8	Макароны отварные 180г	291/2013	180	6,78	0,81	34,85	173,9	13,65
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	12,60
13	Пирожок печеный с капустой 75 г	343/2009	75	0,88	2,13	1,76	29,72	15,45
	<b>Итого за Буфет</b>			<b>52,59</b>	<b>64,44</b>	<b>195,83</b>	<b>1 587,69</b>	<b>291,81</b>
<b>Диетическое питание</b>								
1	Каша пшеничная рассыпчатая 150 гр 222/2009 гарнир		150					12,31
2	Мясо отварное говядина с луком и морковью 100		100					128,18
3	Чай без сахара 200г	493/2013		0,1		15	60	0,76
	<b>Итого за Диетическое питание</b>			<b>0,1</b>		<b>15</b>	<b>60</b>	<b>141,25</b>
	<b>Итого за день</b>			<b>126,09</b>	<b>158,62</b>	<b>587,18</b>	<b>4 303,71</b>	<b>894,20</b>

Калькулятор

Заведующая производством