

Согласовано:
 Директор МБОУ "СОШ №6"
 Ю.Д. Никонов

Утверждаю:
 Генеральный директор ООО "Перспектива"
 Ю.А. Кузнецова

МЕНЮ на 11.02.2025

День: вторник
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний
 для обучающихся 1-4 классов (всеобщ)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ттк№57	Каша молочная "Дружба" с маслом (рис, пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	5,04	7,31	27,51	196
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№45	Булочка "Нежная" (мука пшени., молоко, сахар, дрожжи, масло раст.)	60	7,19	8,52	31,79	233
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		505	15,64	17,18	83,69	553

для обучающихся 1-4 классов (льготная категория)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ттк№57	Каша молочная "Дружба" с маслом (рис, пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	5,04	7,31	27,51	196
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№45	Булочка "Нежная" (мука пшени., молоко, сахар, дрожжи, масло раст.)	60	7,19	8,52	31,79	233
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
Итого:		505	15,64	17,18	83,69	553
Обед						
ттк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы конс., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	60	1,10	8,43	4,22	97
тк№18	Борщ сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло слив., сметана)	260	4,15	6,30	16,34	139
ттк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ттк№31	Картофель запеченный по-деревенски (картофель, сметана, чеснок, масло раст.)	150	3,25	6,49	21,65	158
ттк№102	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,62	0,25	18,46	79
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
Итого:		830	27,57	32,17	93,17	773
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		43,21	49,35	176,86	1326	

для обучающихся 1-4 классов (льготная категория) гипоаллергенная диета (глютен, сахар)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ттк№143	Каша пшеничная молочная жидкая без сахара с маслом (пшено, молоко, масло сливочное)	205	6,03	7,63	28,10	205
ттк№142	Чай без сахара (чай-заварка)	200	0,20	0,00	0,04	1
ттк№166	Хлебы без глютена (кукурузные, гречневые, рисовые)	25	2,70	0,45	22,50	108
инстр№2	Сок в индивидуальной упаковке (1 шт)	200	1,00	0,20	20,20	92
Итого:		630	9,93	8,28	70,84	406
Обед						
ттк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы конс., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	60	1,10	8,43	4,22	97
тк№18	Борщ Сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло сливочное, сметана)	260	6,75	5,98	16,00	143
ттк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, морковь, лук репчатый, масло растительное)	100	13,34	9,01	5,84	158
тк№85	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	150	3,61	5,01	30,78	183
ттк№161	Напиток из плодов шиповника без сахара (плоды шиповника суш.)	200	0,68	0,28	9,66	44
Итого:		770	25,48	28,71	66,50	625
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		35,41	36,99	137,34	1031	

Зав. столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
 общественного питания _____

Н.Г. Анисимова

Согласовано:
 Директор МБОУ "СОШ №6"
 Ю. Д. Никонов



МЕНЮ на 11.02.2025

День: вторник
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний
 для обучающихся 5-11 классов (льготная категория)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ттк№57	Каша молочная "Дружба" с маслом (рис, пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	5,04	7,31	27,51	196
ттк№101	Чай с сахаром и лимоном (210/5) (чай, сахар, лимон)	215	0,25	0,06	10,39	43
ттк№45	Булочка "Нежная" (мука пшен., молоко, сахар, дрожжи, масло раст.)	100	7,19	8,52	31,79	233
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
	Итого:	550	15,69	17,24	83,95	554
Обед						
ттк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы конс., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	100	1,84	8,43	7,03	162
тк№18	Борщ сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло слив., сметана)	260	4,15	6,30	16,34	139
ттк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ттк№31	Картофель запеченный по-деревенски (картофель, сметана, чеснок, масло раст.)	180	3,90	6,49	38,97	230
ттк№102	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,62	0,25	18,46	79
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
	Итого:	900	28,96	32,17	113,30	910
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		44,65	49,41	197,25	1464

для обучающихся 5-11 классов (льготная категория) гипоаллергенная диета (глютен) 9а класс

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ттк№61	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	7,33	8,12	35,70	245
ттк№101	Чай с сахаром и лимоном (210/5) (чай, сахар, лимон)	215	0,25	0,06	10,39	43
ттк№166	Хлебцы без глютена (кукурузные, гречневые, рисовые)	25	2,70	0,45	22,50	108
инстр№2	Сок в индивидуальной упаковке (1 шт)	200	1,00	0,20	20,20	92
	Итого:	645	11,28	8,83	88,79	488
Обед						
ттк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы конс., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	100	1,84	14,05	7,03	162
тк№18	Борщ Сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло сливочное, сметана)	260	6,75	5,98	16,00	143
ттк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
тк№85	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	180	4,33	6,02	36,94	219
ттк№102	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,62	0,25	18,46	79
	Итого:	840	26,88	35,31	84,27	761
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		38,16	44,14	173,06	1249

для обучающихся 5-11 классов (льготная категория) гипоаллергенная диета (глютен, сахар) 11а класс

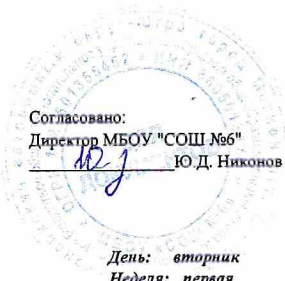
№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ттк№61	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	7,33	8,12	35,70	245
ттк№148	Чай с лимоном без сахара (200/5)	205	0,06	0,01	0,25	1
ттк№166	Хлебцы без глютена (кукурузные, гречневые, рисовые)	25	2,70	0,45	22,50	108
инстр№2	Сок в индивидуальной упаковке (1 шт)	200	1,00	0,20	20,20	92
	Итого:	635	11,09	8,78	78,65	446
Обед						
ттк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы конс., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	100	1,84	14,05	7,03	162
тк№18	Борщ Сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло сливочное, сметана)	260	6,75	5,98	16,00	143
ттк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
тк№85	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	180	4,33	6,02	36,94	219
ттк№161	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	0,68	0,28	9,66	44
	Итого:	840	26,94	35,34	75,47	726
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		38,03	44,12	154,12	1172

Зав. столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
 общественного питания _____

Н.Г. Анисимова



Согласовано:
 Директор МБОУ "СОШ №65"
 Ю.Д. Никонов



Утверждаю:
 Генеральный директор ООО "Перспектива"
 Ю.В. Кузнецова

МЕНЮ на 11.02.2025

День: вторник
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний
 для обучающихся 5-11 классов (всеобщ)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
ттк№57	Каша молочная "Дружба" с маслом (рис, пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	5,04	7,31	27,51	196
ттк№101	Чай с сахаром и лимоном (210/5) (чай, сахар, лимон)	215	0,25	0,06	10,39	43
ттк№45	Булочка "Нежная" (мука пшени., молоко, сахар, дрожжи, масло раст.)	100	7,19	8,52	31,79	233
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		550	15,69	17,24	83,95	554

для обучающихся 5-11 классов (всеобщ) гипоаллергенная диета (рыба, молоко, молочные продукты, курица) 5в класс

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
ттк№190	Каша пшеничная с сухофруктами (изюм, курага) с растительным маслом	200	4,80	5,80	45,40	242
ттк№101	Чай с сахаром и лимоном (210/5) (чай, сахар, лимон)	215	0,25	0,06	10,39	43
ттк№45	Булочка "Нежная" (мука пшени., молоко, сахар, дрожжи, масло раст.)	100	7,19	8,52	31,79	233
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		545	15,45	15,73	101,84	600

для обучающихся 5-11 классов (всеобщ) гипоаллергенная диета (яйцо, молоко, орехи, рыба, морковь) 8в класс

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
ттк№190	Каша пшеничная с сухофруктами (изюм, курага) с растительным маслом	200	4,80	5,80	45,40	242,0
ттк№101	Чай с сахаром и лимоном (210/5) (чай, сахар, лимон)	215	0,25	0,06	10,39	43
ттк№45	Булочка "Нежная" (мука пшени., молоко, сахар, дрожжи, масло раст.)	100	7,19	8,52	31,79	233
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		545	15,45	15,73	101,84	600

для обучающихся 5-11 классов (всеобщ) гипоаллергенная диета (яйцо, курица, рыба и морепродукты) 10а класс

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
ттк№61	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	7,33	8,12	35,70	245
ттк№101	Чай с сахаром и лимоном (210/5) (чай, сахар, лимон)	215	0,25	0,06	10,39	43
ттк№45	Булочка "Нежная" (мука пшени., молоко, сахар, дрожжи, масло раст.)	100	7,19	8,52	31,79	233
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		550	17,98	18,05	92,14	603

Зав. столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
 общественного питания _____

Н.Г. Анисимова