

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



МЕНЮ на 18.03.2025

День: вторник  
 Неделя: вторая  
 Сезон: весенне-летний  
 для обучающихся 5-11 классов (льготная категория)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
ттк№59	Каша манная молочная жидкая с маслом (манка, молоко, сахар, масло слив.)	205	5,93	7,13	30,94	212
ттк№117	Булочка "Домашняя" (мука пшен., сахар, яйца, дрожжи, масло раст.)	100	8,42	9,42	16,61	185
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
	<b>Итого:</b>	<b>545</b>	<b>17,76</b>	<b>17,90</b>	<b>71,94</b>	<b>521</b>
<i>Обед</i>						
ттк№89	Салат "Здоровье" (свекла, морковь, зеленый горошек, масло растительное)	100	1,77	10,14	6,54	124
ттк№86	Суп крестьянский со сметаной (250/10) (капуста, картофель, крупа, морковь, лук репчатый, масло раст, сметана)	260	2,60	5,30	14,30	116
ттк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (минтай, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ттк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	3,78	8,10	26,28	196
ттк№133	Напиток из свежих яблок (яблоки, сахар)	200	0,10	0,10	16,42	68
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
	<b>Итого:</b>	<b>900</b>	<b>26,70</b>	<b>34,34</b>	<b>96,04</b>	<b>804</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>		<b>44,46</b>	<b>52,24</b>	<b>167,98</b>	<b>1325</b>

для обучающихся 5-11 классов (льготная категория) безглютеновая диета 9в класс

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
ттк№171	Яйцо вареное (1 шт)	50	5,59	5,76	0,27	75
ттк№61	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	7,33	8,12	35,70	245
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
инстр№1	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47
	<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>13,52</b>	<b>14,28</b>	<b>55,90</b>	<b>409</b>
<i>Обед</i>						
ттк№89	Салат "Здоровье" (свекла, морковь, зеленый горошек, масло растительное)	100	1,77	10,14	6,54	124
ттк№86	Суп крестьянский со сметаной (250/10) (капуста, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло раст, сметана)	260	2,60	5,30	14,30	116
ттк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (минтай, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ттк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	3,78	8,10	26,28	196
ттк№133	Напиток из свежих яблок (яблоки, сахар)	200	0,10	0,10	16,42	68
	<b>Итого:</b>	<b>840</b>	<b>21,59</b>	<b>32,65</b>	<b>69,38</b>	<b>662</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>		<b>35,11</b>	<b>46,93</b>	<b>125,28</b>	<b>1071</b>

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

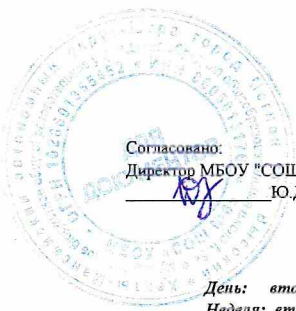
№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
ттк№171	Яйцо вареное (1 шт)	50	5,59	5,76	0,27	75
ттк№61	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	7,33	8,12	35,70	245
ттк№142	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1
инстр№1	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>13,52</b>	<b>14,28</b>	<b>45,81</b>	<b>368</b>
<i>Обед</i>						
ттк№89	Салат "Здоровье" (свекла, морковь, зеленый горошек, масло растительное)	100	1,77	10,14	6,54	124
ттк№86	Суп крестьянский со сметаной (250/10) (капуста, картофель, пшено, морковь, лук репчатый, масло раст, сметана)	260	2,60	5,30	14,30	116
ттк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (минтай, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ттк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	3,78	8,10	26,28	196
ттк№158	Напиток из свежих яблок без сахара (яблоки свежие)	200	0,10	0,10	2,60	12
	<b>Итого:</b>	<b>840</b>	<b>21,59</b>	<b>32,65</b>	<b>55,56</b>	<b>606</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>		<b>35,11</b>	<b>46,93</b>	<b>101,37</b>	<b>974</b>

Зав. столовой: \_\_\_\_\_

Л.М. Горбунова

Технолог отдела  
 общественного питания \_\_\_\_\_

Н.Г. Анисимова



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



Утверждено  
 Генеральный директор ООО "Перспектива"  
 О.С. Кузнецова

МЕНЮ на 18.03.2025

День: вторник  
 Неделя: вторая  
 Сезон: весенне-летний  
 для обучающихся 5-11 классов (всеобщ)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
ттк№59	Каша манная молочная жидкая с маслом (манка, молоко, сахар, масло слив.)	205	5,93	7,13	30,94	212
ттк№117	Булочка "Домашняя" (мука пшени., сахар, яйца, дрожжи, масло раст.)	100	8,42	9,42	16,61	185
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>		<b>550</b>	<b>17,76</b>	<b>17,90</b>	<b>71,94</b>	<b>521</b>

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 пшенная с сухофруктами (изюм, курага) с растительным маслом	200	4,80	5,80	45,40	242
ттк№117	Булочка "Домашняя" (мука пшени., сахар, яйца, дрожжи, масло раст.)	100	8,42	9,42	16,61	185
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>		<b>540</b>	<b>16,63</b>	<b>16,57</b>	<b>86,40</b>	<b>551</b>

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 пшенная с сухофруктами (изюм, курага) с растительным маслом	200	4,80	5,80	45,40	242,00
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
инстр№1	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>		<b>540</b>	<b>8,61</b>	<b>7,55</b>	<b>79,59</b>	<b>413</b>

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№59	Каша манная молочная жидкая с маслом (манка, молоко, сахар, масло слив.)	205	5,93	7,13	30,94	212
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
инстр№1	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>		<b>545</b>	<b>9,74</b>	<b>8,88</b>	<b>65,13</b>	<b>383</b>

Зав.столовой: \_\_\_\_\_

Л.М. Горбунова

Технолог отдела  
 общественного питания \_\_\_\_\_

Н.Г. Анисимова



МЕНЮ на 18.03.2025

День: вторник  
Неделя: вторая  
Сезон: весенне-летний  
для обучающихся 1-4 классов (всеобщ)

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
ттк№59	Каша манная молочная жидкая с маслом (манка, молоко, сахар, масло слив.)	205	5,93	7,13	30,94	212
ттк№117	Булочка "Домашняя" (мука пшениц., сахар, яйца, дрожжи, масло раст.)	100	8,42	9,42	16,61	185
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>		<b>545</b>	<b>17,76</b>	<b>17,90</b>	<b>71,94</b>	<b>521</b>

для обучающихся 1-4 классов (льготная категория)

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
ттк№59	Каша манная молочная жидкая с маслом (манка, молоко, сахар, масло слив.)	205	5,93	7,13	30,94	212
ттк№117	Булочка "Домашняя" (мука пшениц., сахар, яйца, дрожжи, масло раст.)	100	8,42	9,42	16,61	185
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
<b>Итого:</b>		<b>545</b>	<b>17,76</b>	<b>17,90</b>	<b>71,94</b>	<b>521</b>
<i>Обед</i>						
ттк№89	Салат "Здоровье" (свекла, морковь, зеленый горошек, масло растительное)	60	1,06	6,08	3,92	74
ттк№86	Суп крестьянский со сметаной (250/10) (капуста, картофель, крупа, морковь, лук репчатый, масло раст. сметана)	260	2,85	7,30	14,64	137
ттк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (минтай, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ттк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	3,15	6,75	21,90	164
ттк№133	Напиток из свежих яблок (яблоки, сахар)	200	0,10	0,10	16,42	68
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
<b>Итого:</b>		<b>830</b>	<b>25,61</b>	<b>30,93</b>	<b>89,38</b>	<b>743</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>			<b>43,37</b>	<b>48,83</b>	<b>161,32</b>	<b>1264</b>

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

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
ттк№171	Яйцо вареное (1 шт)	40	5,59	5,76	0,27	75
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
инстр№1	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47
<b>Итого:</b>		<b>545</b>	<b>12,22</b>	<b>13,79</b>	<b>38,21</b>	<b>328</b>
<i>Обед</i>						
ттк№89	Салат "Здоровье" (свекла, морковь, зеленый горошек, масло растительное)	60	1,06	6,08	3,92	74
ттк№86	Суп крестьянский со сметаной (250/10) (капуста, картофель, крупа, морковь, лук репчатый, масло раст. сметана)	260	2,85	7,30	14,64	137
ттк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (минтай, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ттк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	3,15	6,75	21,90	164
ттк№158	Напиток из свежих яблок без сахара (яблоки свежие)	200	0,10	0,10	2,60	12
<b>Итого:</b>		<b>770</b>	<b>20,50</b>	<b>29,24</b>	<b>48,90</b>	<b>545</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>			<b>32,72</b>	<b>43,03</b>	<b>87,11</b>	<b>873</b>

Зав. столовой: \_\_\_\_\_  
Технолог отдела общественного питания: \_\_\_\_\_

Л.М. Горбунова

Н.Г. Анисимова