



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

МЕНЮ на 20.03.2025



Утверждаю:
 Генеральный директор ООО "Перспектива"
 О. А. Бузнецова

День: четверг
 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	
Завтрак						
тк№2	Птица тушеная в соусе (50/50) (курица, морковь, лук, мука, сметана, томат, масло растительное)	100	14,59	13,65	17,42	301
тк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	3,78	8,10	26,28	196
тк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
тк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	1,90	0,34	12,40	60
инстр№1	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47
	Итого:	620	20,87	22,49	76,03	646
Обед						
тк№167	Кукуруза консервированная порционно	50	1,32	0,24	6,72	24
тк№8	Суп-лапша домашняя с мясом птицы и зеленью (250/15/1) (лапша, морковь, лук, масло сливочное, курица, зелень)	266	6,19	8,35	13,90	156
тк №59/2	Рыбные фрикадельки с томатным соусом (80/50) (мякоть, хлеб, лук, яйца, соус томатный)	130	3,25	6,50	20,44	156
тк№84	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	180	0,27	6,01	25,76	215
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
тк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
	Итого:	886	16,74	22,99	129,88	837
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		37,61	45,48	205,91	1483

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

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
тк№2	Птица тушеная в соусе (50/50) (курица, морковь, лук, мука, сметана, томат, масло растительное)	100	14,59	13,65	17,42	301
тк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	3,78	8,10	26,28	196
тк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
тк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	100	0,40	0,40	9,80	47
инстр№1	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47
	Итого:	590	18,97	22,15	63,63	586
Обед						
тк№167	Кукуруза консервированная порционно	50	1,32	0,24	6,72	24
тк№181	Суп картофельный с мясом птицы и зеленью (250/15/1) (картофель, пшено, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, курица, зелень)	266	5,89	5,55	18,30	150
тк №59/2	Рыбные фрикадельки с томатным соусом (80/50) (мякоть, хлеб, лук, яйца, соус)	130	3,25	6,50	20,44	156
тк№84	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	180	0,27	6,01	25,76	215
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
	Итого:	826	11,33	18,50	107,62	689
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		30,30	40,65	171,25	1275

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						
тк№2	Птица тушеная в соусе (50/50) (курица, морковь, лук, мука, сметана, томат, масло растительное)	100	14,59	13,65	17,42	301
тк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	3,78	8,10	26,28	196
тк№142	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1
тк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	100	0,40	0,40	9,80	47
инстр№1	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47
	Итого:	580	18,97	22,15	53,54	545
Обед						
тк№167	Кукуруза консервированная порционно	50	1,32	0,24	6,72	24
тк№181	Суп картофельный с мясом птицы и зеленью (250/15/1) (картофель, пшено, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, курица, зелень)	266	5,89	5,55	18,30	150
тк №59/2	Рыбные фрикадельки с томатным соусом (80/50) (мякоть, хлеб, лук, яйца, соус)	130	3,25	6,50	20,44	156
тк№84	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	180	0,27	6,01	25,76	215
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
	Итого:	826	11,33	18,50	107,62	689
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		30,30	40,65	161,16	1234

Зав. столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
 общественного питания _____

Н.Г. Анисимова



МЕНЮ на 20.03.2025

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
ттк№2	Птица тушеная в соусе (50/50) (курица, морковь, лук, мука, сметана, томат, масло растительное)	100	14,59	13,65	17,42	301
тк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	3,78	8,10	26,28	196
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		550	23,68	23,44	80,49	681

для обучающихся 5-11 классов (всеобуч) 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>						
тк№96	Сосиски отварные	100	11,00	11,00	0,40	145
ттк№185	Картофельное пюре с растительным маслом	180	3,07	6,72	26,28	178
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		550	19,38	19,41	63,47	507

для обучающихся 5-11 классов (всеобуч) 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№2	Птица тушеная в соусе (50/50) (курица, морковь, лук, мука, сметана, томат, масло)	100	14,59	13,65	17,42	301
ттк№185	Картофельное пюре с растительным маслом	180	3,07	6,72	26,28	178
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		550	22,97	22,06	80,49	663

для обучающихся 5-11 классов (всеобуч) 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>						
тк№96	Сосиски отварные	100	11,00	11,00	0,40	145
тк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	180	3,78	8,10	26,28	196
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		550	20,09	20,79	63,47	525

Зав. столовой: _____
 Технолог отдела общественного питания _____

Л.М. Горбунова

Н.Г. Анисимова



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



Утверждаю:
 Генеральный директор ООО "Перспектива"
 О.К. Кузнецова

МЕНЮ на 20.03.2025

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

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ттк№2	Птица тушеная в соусе (50/50) (курица, морковь, лук, мука, сметана, томат, масло растительное)	100	13,08	12,19	15,06	222
тк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	3,15	6,75	21,90	164
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	1,90	0,34	12,40	60
инстр№1	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		590	18,73	19,68	69,29	535

для обучающихся 1-4 классов (льготная категория)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ттк№2	Птица тушеная в соусе (50/50) (курица, морковь, лук, мука, сметана, томат, масло растительное)	100	13,08	12,19	15,06	222
тк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	3,15	6,75	21,90	164
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	1,90	0,34	12,40	60
инстр№1	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	47
Итого:		590	18,73	19,68	69,29	535
Обед						
ттк№ 167	Кукуруза консервированная порционно	50	1,10	0,20	5,60	29
тк№8	Суп-лапша домашняя с мясом птицы и зеленью (250/15/1) (лапша, морковь, лук, масло сливочное, курица, зелень)	266	6,19	8,35	13,90	156
тк №59/2	Рыбные фрикадельки с томатным соусом (80/50) (мякоть, хлеб, лук, яйца, соус томатный)	130	3,25	6,50	20,44	156
тк№84	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	150	3,61	5,01	30,78	183
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
Итого:		856	19,86	21,95	133,78	810
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)			38,59	41,63	203,07	1344

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№2	Птица тушеная в соусе (50/50) (курица, морковь, лук, мука, сметана, томат,	100	13,08	12,19	15,06	222
тк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	3,15	6,75	21,90	164
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
Итого:		560	16,83	19,34	56,89	475
Обед						
ттк№ 167	Кукуруза консервированная порционно	50	1,10	0,20	5,60	29
ттк№181	Суп картофельный с мясом птицы и зеленью (250/15/1) (картофель, мясо, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, курица, зелень)	266	5,89	5,55	18,30	150
тк №59/2	Рыбные фрикадельки с томатным соусом (80/50) (мякоть, хлеб, лук, яйца, соус томатный)	130	3,25	6,50	20,44	156
тк№84	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	150	3,61	5,01	30,78	183
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
Итого:		796	14,45	17,46	111,52	662
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)			31,28	36,80	168,41	1137

Зав.столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
 общественного питания _____

Н.Г. Анисимова