



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



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

МЕНЮ на 21.03.2025

День: пятница
 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№164	Сыр полутвердых сортов (порционно)	20	5,26	5,32	0,00	70
тк№58	Каша молочная "Геркулес" с маслом (крупа овсяная Геркулес, молоко, сахар, масло)	205	6,53	8,69	28,30	217
тк№100	Чай с сахаром и молоком (чай, молоко, сахар)	210	1,60	1,65	12,48	71
тк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
инстр№2	Сок в индивидуальной упаковке (1 шт)	200	1,00	0,20	20,20	92
	Итого:	665	17,60	17,21	75,24	532
Обед						
тк№21	Салат из овощей с морской капустой (картофель, свекла, морковь, лук, морская капуста,	100	1,28	8,99	8,05	118
тк№13	Рассольник ленинградский со сметаной (250/10) (картофель, морковь, лук, огурцы конс., крупа, масло слив, сметана)	260	6,64	6,50	20,44	176
тк№12	Котлета рубленая из птицы с творогом (курица, творог, лук, яйца, сухари, масло раст.)	90	20,90	10,21	4,23	192
тк№14	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	180	5,40	6,12	26,28	182
тк№111	Компот из смеси сухофруктов (смесь сушеных фруктов, сахар)	200	0,75	0,00	21,80	90
тк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб "Северный" (с льняным) (30/30)	60	4,61	1,63	24,51	134
	Итого:	890	39,58	33,45	105,31	892
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		57,18	50,66	180,55	1424

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№164	Сыр полутвердых сортов (порционно)	20	5,26	5,32	0,00	70
тк№62	Каша молочная рисовая с маслом (рис, молоко, сахар, масло слив.)	205	5,04	7,13	27,51	196
тк№100	Чай с сахаром и молоком (чай, молоко, сахар)	210	1,60	1,65	12,48	71
инстр№2	Сок в индивидуальной упаковке (1 шт)	200	1,00	0,20	20,20	92
	Итого:	635	12,90	14,30	60,19	429
Обед						
тк№21	Салат из овощей с морской капустой (картофель, свекла, морковь, лук, морская капуста, масло раст.)	100	1,28	8,99	8,05	118
тк№13	Рассольник ленинградский со сметаной (250/10) (картофель, морковь, лук, огурцы конс., крупа, масло слив, сметана)	260	3,25	6,50	20,44	176
тк№12	Котлета рубленая из птицы с творогом (курица, творог, лук, яйца, сухари, масло раст.)	90	20,90	10,21	4,23	192
тк№14	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив.)	180	5,40	6,12	26,28	182
тк№111	Компот из смеси сухофруктов (смесь сушеных фруктов, сахар)	200	0,75	0,00	21,80	90
	Итого:	830	31,58	31,82	80,80	758
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		44,48	46,12	140,99	1187

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№164	Сыр полутвердых сортов (порционно)	20	5,26	5,32	0,00	70
тк№62	Каша молочная рисовая с маслом (рис, молоко, сахар, масло слив.)	205	5,04	7,13	27,51	196
тк№159	Чай с молоком без сахара	200	1,63	1,41	2,85	31
инстр№2	Сок в индивидуальной упаковке (1 шт)	200	1,00	0,20	20,20	92
	Итого:	625	12,93	14,06	50,56	389
Обед						
тк№21	Салат из овощей с морской капустой (картофель, свекла, морковь, лук, морская капуста, масло раст.)	100	1,28	8,99	8,05	118
тк№13	Рассольник ленинградский со сметаной (250/10) (картофель, морковь, лук, огурцы конс., крупа, масло слив, сметана)	260	3,25	6,50	20,44	176
тк№12	Котлета рубленая из птицы с творогом (курица, творог, лук, яйца, сухари, масло раст.)	90	20,90	10,21	4,23	192
тк№14	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив.)	180	5,40	6,12	26,28	182
тк№153	Напиток из сухофруктов без сахара	200	0,80	0,05	7,85	35
	Итого:	830	31,63	31,87	66,85	703
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		44,56	45,93	117,41	1092

Зав. столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
 общественного питания _____

Н.Г. Анисимова



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



Утверждаю
 Генеральный директор ООО "Перспектива"
 О.А. Кузнецова

МЕНЮ на 21.03.2025

День: пятница
 Неделя: вторая
 Сезон: весенне-летний
 для обучающихся 5-11 классов (всеобуч)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
ткв№58	Каша молочная "Геркулес" с маслом (крупа овсяная Геркулес, молоко, сахар, масло сливочное)	205	6,53	8,69	28,30	217
ткв№100	Чай с сахаром и молоком (чай, молоко, сахар)	210	1,60	1,65	12,48	71
ткв№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
инстр№2	Сок в индивидуальной упаковке (1 шт)	200	1,00	2,00	20,20	92
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		645	12,34	13,69	75,24	462

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>						
ткв№179	Каша овсяная с изюмом и растительным маслом (без молока)	210	3,74	6,10	25,58	172
ткв№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ткв№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
инстр№2	Сок в индивидуальной упаковке (1 шт)	200	1,00	2,00	20,20	92
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		650	8,15	9,45	70,17	388

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>						
ткв№179	Каша овсяная с изюмом и растительным маслом (без молока)	210	3,74	6,10	25,58	172
ткв№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ткв№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
инстр№2	Сок в индивидуальной упаковке (1 шт)	200	1,00	2,00	20,20	92
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		650	8,15	9,45	70,17	388

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>						
ткв№58	Каша молочная "Геркулес" с маслом (крупа овсяная Геркулес, молоко, сахар, масло)	205	6,53	8,69	28,30	217
ткв№100	Чай с сахаром и молоком (чай, молоко, сахар)	210	1,60	1,65	12,48	71
ткв№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
инстр№2	Сок в индивидуальной упаковке (1 шт)	200	1,00	2,00	20,20	92
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		645	12,34	13,69	75,24	462

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.А. Кашенева

МЕНЮ на 21.03.2025

День: пятница
Неделя: вторая
Сезон: осенне-летний
для обучающихся 1-4 классов (всеобуч)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ттк№164	Сыр полутвердых сортов (порционно)	20	5,26	5,32	0,00	70
ттк№58	Каша молочная "Геркулес" с маслом (крупа овсяная Геркулес, молоко, сахар, масло)	205	6,53	8,69	28,30	217
ттк№100	Чай с сахаром и молоком (чай, молоко, сахар)	210	1,60	1,65	12,48	71
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
инстр№2	Сок в индивидуальной упаковке (1 шт)	200	0,30	0,20	16,30	70
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		665	16,90	17,21	71,34	510

для обучающихся 1-4 классов (льготная категория)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ттк№164	Сыр полутвердых сортов (порционно)	20	5,26	5,32	0,00	70
ттк№58	Каша молочная "Геркулес" с маслом (крупа овсяная Геркулес, молоко, сахар, масло сливочное)	205	6,53	8,69	28,30	217
ттк№100	Чай с сахаром и молоком (чай, молоко, сахар)	210	1,60	1,65	12,48	71
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
инстр№2	Сок в индивидуальной упаковке (1 шт)	200	1,00	0,20	20,20	92
Итого:		665	17,60	17,21	75,24	532
Обед						
ттк№21	Салат из овощей с морской капустой (картофель, свекла, морковь, лук, морская капуста)	60	0,34	5,63	6,04	76
ттк№13	Рассольник ленинградский со сметаной (250/10) (картофель, морковь, лук, огурцы консерв., крупа, масло слив, сметана)	260	3,25	6,50	20,44	176
ттк№12	Котлета рубленая из птицы с творогом (курица, творог, лук, яйца, сухари, масло раст.)	90	20,90	10,21	4,23	192
ттк№14	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	150	6,49	4,35	32,46	195
ттк№111	Компот из смеси сухофруктов (смесь сушеных фруктов, сахар)	200	0,75	0,00	21,80	90
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб "Северный" (с льняными) (30/30)	60	4,61	1,63	24,51	134
Итого:		820	36,34	28,32	109,48	863
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)			53,94	45,53	184,72	1395

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№164	Сыр полутвердых сортов (порционно)	20	5,26	5,32	0,00	70
ттк№143/1	Каша рисовая молочная жидкая без сахара с маслом (рис, молоко, масло сливочное)	205	4,89	7,31	22,41	175
ттк№159	Чай с молоком без сахара (чай-заварка, молоко)	200	1,63	1,41	2,85	31
инстр№2	Сок в индивидуальной упаковке (1 шт)	200	1,00	0,20	20,20	92
Итого:		625	12,78	14,24	45,46	368
Обед						
ттк№21	Салат из овощей с морской капустой (картофель, свекла, морковь, лук, морская капуста)	60	0,34	5,63	6,04	76
ттк№13	Рассольник ленинградский со сметаной (250/10) (картофель, морковь, лук, огурцы консерв., крупа, масло слив, сметана)	260	3,25	6,50	20,44	176
ттк№12	Котлета рубленая из птицы с творогом (курица, творог, лук, яйца, сухари, масло раст.)	90	20,90	10,21	4,23	192
ттк№14	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	150	6,49	4,35	32,46	195
ттк№153	Напиток из сухофруктов без сахара	200	0,80	0,05	7,85	35
Итого:		760	31,78	26,74	71,02	674
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)			44,56	40,98	116,48	1042

Зав. столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
общественного питания _____

Н.Г. Анисимова