



Согласовано:
 Директор МБОУ "СОШ №6"
 Ю.Д. Никитин
 День: понедельник
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний
 для обучающихся 1-4 классов (всеобщ)

МЕНЮ на 27.01.2025



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

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
тк №30	Макароны отварные с сыром (макаронные изделия, масло сливочное, сыр)	175	9,07	12,13	37,14	295
тк №98/1	Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	2,97	3,09	14,74	99
тк №166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
инстр №1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		555	15,85	17,02	81,59	547

для обучающихся 1-4 классов (льготная категория)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
тк №30	Макароны отварные с сыром (макаронные изделия, масло сливочное, сыр)	175	9,07	12,13	37,14	295
тк №98/1	Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	2,97	3,09	14,74	99
тк №166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
инстр №1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
Итого:		555	15,85	17,02	81,59	547
Обед						
тк №129	Салат с крабовыми палочками (крабовые палочки, картофель, морковь, огурцы консерв., лук, айтра, масло раст.)	60	3,85	6,04	3,10	82
тк №51	Суп картофельный с фрикадельками (250/25) (картофель, морковь, лук, томат, масло слив., говядина, айтра)	275	5,30	6,80	16,95	150
тк №96	Колбасные изделия отварные	90	11,00	11,00	0,40	145
тк №14	Каша гречневая рассыпчатая (крупя гречневая, масло слив.)	150	6,49	4,35	32,46	195
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:		835	32,35	30,08	115,97	858
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)			48,20	47,10	197,56	1405

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						
тк №164	Сыр полутвердых сортов (поребноно)	20	5,26	5,32	0,00	70
тк №31	Картофель запеченный по-деревенски (картофель, масло растительное высшего качества, чеснок)	180	2,70	8,80	38,97	236
тк №145	Какао с молоком без сахара (какао-порошок, молоко)	200	2,37	2,30	3,69	45
инстр №1	Фрукт свежий	150	2,30	0,80	31,50	144
Итого:		550	12,63	17,22	74,16	495
Обед						
тк №129	Салат с крабовыми палочками (крабовые палочки, картофель, морковь, огурцы консерв., лук, айтра, масло раст.)	60	3,85	6,04	3,10	82
тк №51	Суп картофельный с фрикадельками (250/25) (картофель, морковь, лук, томат, масло сливочное, говядина, айтра)	275	5,30	6,80	16,95	150
тк №96	Колбасные изделия отварные	90	11,00	11,00	0,40	145
тк №14	Каша гречневая рассыпчатая (крупя гречневая, масло слив.)	150	8,40	10,80	41,25	280
инстр №2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
Итого:		775	29,15	34,84	98,10	801
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)			41,78	52,06	172,26	1296

Зав. столовой _____
 Технолог отдела общественного питания _____

Л.М. Горбунова
 Н.Г. Алисымова



МЕНЮ на 27.01.2025



№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
тк№30	Макароны отварные с сыром (макаронные изделия, масло сливочное, сыр)	200	9,89	12,22	42,68	321
тк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
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
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		640	14,30	13,77	87,27	537

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>						
тк№171	Яйцо вареное (1 шт)	40	5,59	5,76	0,27	75
тк№93	Макаронные изделия отварные с растительным маслом	180	6,02	10,67	40,88	283
тк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
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
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		660	16,02	17,98	85,74	574

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>						
тк №30	Макароны отварные с сыром	200	9,89	12,22	42,68	321
тк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
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
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		640	14,30	13,77	87,27	537

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>						
тк №30	Макароны отварные с сыром	200	9,89	12,22	42,68	321
тк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
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
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		640	14,30	13,77	87,27	537

Зав. столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
общественного питания _____

Н.Г. Анисимова



МЕНЮ на 27.01.2025



№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
тк№30	Макароны отварные с сыром (макаронные изделия, масло сливочное, сыр)	200	9,89	12,22	42,68	321
тк№98/1	Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	2,97	3,09	14,74	99
тк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
инстр№1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
	Итого:	580	16,67	17,11	87,13	573
Обед						
тк№129	Салат с крабовыми палочками (крабовые палочки, картофель, морковь, огурцы консерв., лук, айца, масло раст.)	100	6,41	10,06	5,17	137
тк№51	Суп картофельный с фрикадельками (250/25) (картофель, морковь, лук, томаты, масло сливочное, говядина, яйца)	275	5,30	6,80	16,95	150
тк№96	Колбасные изделия отварные	100	11,00	11,00	0,40	145
тк№14	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив.)	180	7,78	5,22	38,98	234
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:	915	36,20	34,97	124,56	952
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		52,87	52,08	211,69	1525

для обучающихся 5-11 классов (льготная категория) безглютенная диета 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№31	Картофель запеченный по-деревенски (картофель, масло растительное, сметана, чеснок)	180	2,70	8,80	38,97	236
тк№98/1	Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	200	2,97	3,09	14,74	99
инстр№1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
	Итого:	550	11,53	17,66	69,16	476
Обед						
тк№129	Салат с крабовыми палочками (крабовые палочки, картофель, морковь, огурцы консерв., лук, айца, масло раст.)	100	6,41	10,06	5,17	137
тк№51	Суп картофельный с фрикадельками (250/25) (картофель, морковь, лук, томаты, масло сливочное, говядина, яйца)	275	5,30	6,80	16,95	150
тк№96	Колбасные изделия отварные	100	11,00	11,00	0,40	145
тк№14	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив.)	180	7,78	5,22	38,98	234
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
	Итого:	855	31,09	33,28	97,90	810
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		42,62	50,94	167,06	1286

для обучающихся 5-11 классов (льготная категория) гипоаллергенная диета (глютен, сахар) 1а 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№31	Картофель запеченный по-деревенски (картофель, масло растительное, сметана, чеснок)	180	2,70	8,80	38,97	236
тк№145	Какао с молоком без сахара (какао-порошок, молоко)	200	2,37	2,30	3,69	45
инстр№1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
	Итого:	550	10,93	16,87	58,11	422
Обед						
тк№129	Салат с крабовыми палочками (крабовые палочки, картофель, морковь, огурцы консерв., лук, айца, масло раст.)	100	6,41	10,06	5,17	137
тк№51	Суп картофельный с фрикадельками (250/25) (картофель, морковь, лук, томаты, масло сливочное, говядина, яйца)	275	5,30	6,80	16,95	150
тк№96	Колбасные изделия отварные	100	11,00	11,00	0,40	145
тк№14	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив.)	180	7,78	5,22	38,98	234
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
	Итого:	855	31,09	33,28	97,90	810
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		42,02	50,15	156,01	1232

Зав.столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
общественного питания _____

Н.Г. Анисимова