



МЕНЮ на 28.01.2025



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

*для обучающихся 1-4 классов (льготная категория)*

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

*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	
<i>Завтрак</i>						
ткк№143	Каша пшеничная молочная жидкая без сахара с маслом (пшено, молоко, масло сливочное)	205	6,03	7,63	28,10	205
ткк№142	Чай без сахара (чай-заварка)	200	0,20	0,00	0,04	1
ткк№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
<b>Итого:</b>		<b>630</b>	<b>9,93</b>	<b>8,28</b>	<b>70,84</b>	<b>406</b>
<i>Обед</i>						
ткк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы консерв., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	60	1,10	8,43	4,22	97
ткк№18	Борщ Сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло сливочное, сметана)	260	6,75	5,98	16,00	143
ткк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, морковь, лук репчатый, масло растительное)	100	13,34	9,01	5,84	158
ткк№ 85	Рис пригущенный (рис, масло сливочное)	150	3,61	5,01	30,78	183
ткк№161	Напиток из плодов шиповника без сахара (плоды шиповника суш.)	200	0,68	0,28	9,66	44
<b>Итого:</b>		<b>770</b>	<b>25,48</b>	<b>28,71</b>	<b>66,50</b>	<b>625</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>			<b>35,41</b>	<b>36,99</b>	<b>137,34</b>	<b>1031</b>

Зав. столовой: \_\_\_\_\_

Л.М. Горбунова

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

Н.Г. Анисимова



МЕНЮ на 28.01.2025

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 пшенич., 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
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>		<b>550</b>	<b>15,69</b>	<b>17,24</b>	<b>83,95</b>	<b>554</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№101	Чай с сахаром и лимоном (210/5) (чай, сахар, лимон)	215	0,25	0,06	10,39	43
ттк№45	Булочка "Нежная" (мука пшенич., 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
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>		<b>545</b>	<b>15,45</b>	<b>15,73</b>	<b>101,84</b>	<b>600</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	242,0
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 пшенич., 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
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>		<b>545</b>	<b>15,45</b>	<b>15,73</b>	<b>101,84</b>	<b>600</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№61	Каша молочная пшенная 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 пшенич., 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
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>		<b>550</b>	<b>17,98</b>	<b>18,05</b>	<b>92,14</b>	<b>603</b>

Зав.столовой: \_\_\_\_\_

Л.М. Горбунова

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

Н.Г. Анисимова



МЕНЮ на 28.01.2025

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

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	
<b>Завтрак</b>						
ткк№61	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	7,33	8,12	35,70	245
ткк№101	Чай с сахаром и лимоном (210/5) (чай, сахар, лимон)	215	0,25	0,06	10,39	43
ткк№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
	<b>Итого:</b>	<b>645</b>	<b>11,28</b>	<b>8,83</b>	<b>88,79</b>	<b>488</b>
<b>Обед</b>						
ткк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы консерв., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	100	1,84	14,05	7,03	162
ткк№18	Борщ Сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло сливочное, сметана)	260	6,75	5,98	16,00	143
ткк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ткк№5	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	180	4,33	6,02	36,94	219
ткк№102	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,62	0,25	18,46	79
	<b>Итого:</b>	<b>840</b>	<b>26,88</b>	<b>35,31</b>	<b>84,27</b>	<b>761</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>		<b>38,16</b>	<b>44,14</b>	<b>173,06</b>	<b>1249</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	
<b>Завтрак</b>						
ткк№61	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	7,33	8,12	35,70	245
ткк№148	Чай с лимоном без сахара (200/5)	205	0,06	0,01	0,25	1
ткк№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
	<b>Итого:</b>	<b>635</b>	<b>11,09</b>	<b>8,78</b>	<b>78,65</b>	<b>446</b>
<b>Обед</b>						
ткк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы консерв., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	100	1,84	14,05	7,03	162
ткк№18	Борщ Сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло сливочное, сметана)	260	6,75	5,98	16,00	143
ткк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ткк№5	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	180	4,33	6,02	36,94	219
ткк№161	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	0,68	0,28	9,66	44
	<b>Итого:</b>	<b>840</b>	<b>26,94</b>	<b>35,34</b>	<b>75,47</b>	<b>726</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>		<b>38,03</b>	<b>44,12</b>	<b>154,12</b>	<b>1172</b>

Зав.столовой: \_\_\_\_\_

Л.М. Горбунова

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

Н.Г. Анисимова