



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

МЕНЮ на 07.02.2025

День: пятница  
Неделя: вторая  
Сезон: осенне-зимний  
для обучающихся 1-4 классов (всеобщ)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
ткк№2	Птица тушеная в соусе (50/50) (курица, морковь, лук, мука, сметана, томат, масло растительное)	100	13,08	12,19	15,06	222
ткк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	3,15	6,75	21,90	164
ткк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ткк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	1,90	0,34	12,40	60
инстр№1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
<b>Итого:</b>		<b>640</b>	<b>18,93</b>	<b>19,73</b>	<b>74,94</b>	<b>559</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>						

для обучающихся 1-4 классов (льготная категория)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
ткк№2	Птица тушеная в соусе (50/50) (курица, морковь, лук, мука, сметана, томат, масло растительное)	100	13,08	12,19	15,06	222
ткк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	3,15	6,75	21,90	164
ткк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ткк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	1,90	0,34	12,40	60
инстр№1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
<b>Итого:</b>		<b>640</b>	<b>18,93</b>	<b>19,73</b>	<b>74,94</b>	<b>559</b>
<b>Обед</b>						
ткк№ 167	Кукуруза консервированная порционно	50	1,10	0,20	5,60	29
ткк№13	Рассольник ленинградский со сметаной (250/10) (картофель, морковь, лук, огурцы квас., крупа, масло слив, сметана)	260	3,25	6,50	20,44	176
тк №59/2	Рыбные фрикадельки с томатным соусом (80/50) (мякоть, лук, яйца, соус томатный)	130	12,80	1,28	1,60	67
ткк№84	Рис пригущенный (рис, масло сливочное)	150	3,61	5,01	30,78	183
ткк№111	Компот из смеси сухофруктов (смесь сушеных фруктов, сахар)	200	0,75	0,00	21,80	90
ткк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб "Северный" (с лавашником) (30/30)	60	4,61	1,63	24,51	134
<b>Итого:</b>		<b>850</b>	<b>26,12</b>	<b>14,62</b>	<b>104,73</b>	<b>679</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>			<b>45,05</b>	<b>34,35</b>	<b>179,67</b>	<b>1238</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	
<b>Завтрак</b>						
ткк№2	Птица тушеная в соусе (50/50) (курица, морковь, лук, сметана, томат, масло растительное)	100	13,08	12,19	15,06	222
ткк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	3,15	6,75	21,90	164
ткк№142	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1
инстр№1	Фрукт свежий	150	2,30	0,80	31,50	144
<b>Итого:</b>		<b>600</b>	<b>18,73</b>	<b>19,74</b>	<b>68,50</b>	<b>530</b>
<b>Обед</b>						
ткк№ 167	Кукуруза консервированная порционно	50	1,10	0,20	5,60	29
ткк№13	Рассольник ленинградский со сметаной (250/10) (картофель, морковь, лук, огурцы квас., крупа, масло слив, сметана)	260	3,25	6,50	20,44	176
тк №59/2	Рыбные фрикадельки с томатным соусом (80/50) (мякоть, лук, яйца, соус томатный)	130	12,80	1,28	1,60	67
ткк№84	Рис пригущенный (рис, масло сливочное)	150	3,61	5,01	30,78	183
ткк№153	Компот из сухофруктов без сахара (смесь сушеных фруктов)	200	0,80	0,05	7,85	35
<b>Итого:</b>		<b>790</b>	<b>21,56</b>	<b>13,04</b>	<b>66,27</b>	<b>490</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>			<b>40,29</b>	<b>32,78</b>	<b>134,77</b>	<b>1020</b>

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.А. Кузнецова



МЕНЮ на 07.02.2025

День: пятница  
Неделя: вторая  
Сезон: осенне-зимний  
для обучающихся 5-11 классов (всеобщ)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
тк№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)	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"	60	3,80	0,68	24,80	120
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>		<b>550</b>	<b>20,86</b>	<b>20,97</b>	<b>76,27</b>	<b>580</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	
<b>Завтрак</b>						
тк№96	Сосиски отварные	100	11,00	11,00	0,40	145
тк№185	Картофельное пюре с растительным маслом	180	3,07	6,72	26,28	178
тк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
тк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	60	3,80	0,68	24,80	120
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>		<b>550</b>	<b>18,07</b>	<b>18,40</b>	<b>61,61</b>	<b>485</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	
<b>Завтрак</b>						
тк№2	Птица тушеная в соусе (50/50) (курица, морковь, лук, мука, сметана, томат, масло растительное)	100	13,08	12,19	15,06	222
тк№185	Картофельное пюре с растительным маслом	180	3,07	6,72	26,28	178
тк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
тк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	60	3,80	0,68	24,80	120
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>		<b>550</b>	<b>20,15</b>	<b>19,59</b>	<b>76,27</b>	<b>562</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	
<b>Завтрак</b>						
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
тк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
тк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	60	3,80	0,68	24,80	120
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>		<b>550</b>	<b>18,78</b>	<b>19,78</b>	<b>61,61</b>	<b>503</b>

Зав. столовой: \_\_\_\_\_

Л.М. Горбунова

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

Н.Г. Анисимова





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

День: **пятница**  
Неделя: **вторая**  
Сезон: **осенне-зимний**  
для обучающихся 5-11 классов (льготная категория)

МЕНЮ на 07.02.2025



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

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
тк№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)	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	150	0,60	0,45	15,45	71
<b>Итого:</b>		<b>670</b>	<b>19,56</b>	<b>21,08</b>	<b>79,32</b>	<b>591</b>
<b>Обед</b>						
тк№167	Кукуруза консервированная порционно	50	1,10	0,20	5,60	29
тк№13	Рапсовый ленинградский со сметаной (250/10) (картофель, морковь, лук, огурцы консерв., крупа, масло слив, сметана)	260	3,25	6,50	20,44	176
тк №592	Рыбные фрикадельки с томатным соусом (80/20) (минтай, хлеб, лук, яйца, соус томатный)	130	3,25	6,50	20,44	156
тк№84	Рис приушенный (рис, масло сливочное)	180	4,33	6,02	36,94	219
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" (сдоба) (30/30)	60	4,61	1,63	24,51	134
<b>Итого:</b>		<b>880</b>	<b>17,29</b>	<b>20,85</b>	<b>129,73</b>	<b>804</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>			<b>36,85</b>	<b>41,93</b>	<b>209,05</b>	<b>1395</b>

для обучающихся 5-11 классов (льготная категория) гипонатриевая диета (гиптен) 9в классе

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
тк№2	Птица тушеная в соусе (50/50) (курица, морковь, лук, сметана, томат, масло растительное)	100	13,08	12,19	15,06	222
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
инстр№1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
<b>Итого:</b>		<b>640</b>	<b>17,66</b>	<b>20,74</b>	<b>66,92</b>	<b>531</b>
<b>Обед</b>						
тк№167	Кукуруза консервированная порционно	50	1,10	0,20	5,60	29
тк№13	Рапсовый ленинградский со сметаной (250/10) (картофель, морковь, лук, огурцы консерв., крупа, масло слив, сметана)	260	3,25	6,50	20,44	176
тк №592	Рыбные фрикадельки с томатным соусом (80/20) (минтай, хлеб, лук, яйца, соус томатный)	130	12,80	1,28	1,60	67
тк№85	Рис приущенный (рис, масло сливочное)	180	4,33	6,02	36,94	219
тк№111	Компот из смеси сухофруктов (смесь сушеных фруктов, сахар)	200	0,75	0,00	21,80	90
<b>Итого:</b>		<b>820</b>	<b>22,23</b>	<b>14,00</b>	<b>86,38</b>	<b>581</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>			<b>39,89</b>	<b>34,74</b>	<b>153,30</b>	<b>1112</b>

для обучающихся 5-11 классов (льготная категория) гипонатриевая диета (гиптен, сахар) 11а класс

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
тк№2	Птица тушеная в соусе (50/50) (курица, морковь, лук, сметана, томат, масло растительное)	100	13,08	12,19	15,06	222
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
инстр№1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
<b>Итого:</b>		<b>630</b>	<b>17,66</b>	<b>20,74</b>	<b>56,83</b>	<b>490</b>
<b>Обед</b>						
тк№167	Кукуруза консервированная порционно	50	1,10	0,20	5,60	29
тк№13	Рапсовый ленинградский со сметаной (250/10) (картофель, морковь, лук, огурцы консерв., крупа, масло слив, сметана)	260	3,25	6,50	20,44	176
тк №592	Рыбные фрикадельки с томатным соусом (80/20) (минтай, хлеб, лук, яйца, соус томатный)	130	12,80	1,28	1,60	67
тк№85	Рис приущенный (рис, масло сливочное)	180	4,33	6,02	36,94	219
тк№153	Напиток из сухофруктов без сахара	200	0,80	0,05	7,85	35
<b>Итого:</b>		<b>820</b>	<b>22,28</b>	<b>14,05</b>	<b>72,43</b>	<b>526</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>			<b>39,94</b>	<b>34,79</b>	<b>129,26</b>	<b>1016</b>

Зав. столовой:   
Технолог отдела общественного питания:

Л.М. Горбунова

Н.Г. Анисимова