



МЕНЮ на 06.03.2025г.



День: четверг
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	
<i>Завтрак</i>						
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 сливочное)	205	6,53	8,69	28,30	217
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)		605	18,57	18,90	72,75	539

для обучающихся 1-4 классов (льготная категория)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
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 сливочное)	205	6,53	8,69	28,30	217
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:		605	18,57	18,90	72,75	539
<i>Обед</i>						
тк№115	Салат с крабовыми палочками	60	0,60	4,30	5,47	64
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№8	Котлета по-хлыновски (говядина, курица, картофель, лук, яйца, сухари, масло растительное)	90	15,48	13,76	17,53	283
тк№225	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная) (100/50) (картофель, молоко, масло сливочное, капуста, томат, морковь, лук, мука пшени., сахар)	150	3,10	5,00	19,60	147
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:		826	31,08	33,30	119,56	936
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		1431	49,65	52,20	192,31	1475

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>						
тк№164	Сыр полутвердых сортов (порционно)	20	5,26	5,32	0,00	70
тк№143/1	Каша рисовая молочная жидкая без сахара с маслом (рис, молоко, масло сливочное)	205	4,89	7,31	22,41	175
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:		575	14,82	15,73	57,60	434
<i>Обед</i>						
тк№115	Салат из моркови с яблоками	60	0,60	4,30	5,47	64
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№8	Котлета по-хлыновски (говядина, курица, картофель, лук, яйца, сухари, масло раст.)	90	15,48	13,76	17,53	283
тк№17	Капуста тушеная (капуста б/к свежая, масло сливочное, томатная паста, лук репчатый)	150	3,00	4,50	15,00	114
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
Итого:		766	25,57	28,31	92,70	755
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		1341	40,39	44,04	150,30	1189

Зав. столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
общественного питания _____

Н.Г. Анисимова



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



Утверждаю:
 Генеральный директор ФЦС
 О.А. Кузнецова

МЕНЮ на 06.03.2025г.

День: четверг
 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	
<i>Завтрак</i>						
тк№58	Каша молочная "Геркулес" с маслом (крупа овсяная Геркулес, молоко, сахар, масло сливочное)	205	6,53	8,69	28,30	217
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№1	Фрукт свежий	150	2,25	0,75	31,50	144
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		595	12,19	10,79	84,19	485

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№187	Бутерброд (хлеб пшеничный, колбаса в/к) (30/20)	50	5,72	8,70	15,04	161
тк№179	Каша овсяная с изюмом и растительным маслом (без молока)	210	3,74	6,10	25,58	172
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
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		620	10,26	15,25	66,20	446

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№187	Бутерброд (хлеб пшеничный, колбаса в/к) (30/20)	50	5,72	8,70	15,04	161
тк№179	Каша овсяная с изюмом и растительным маслом (без молока)	210	3,74	6,10	25,58	172
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
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		620	10,26	15,25	66,20	446

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№164	Сыр полутвердых сортов (порционно)	20	5,26	5,32	0,00	70
тк№62	Каша молочная рисовая с маслом (рис, молоко, сахар, масло сливочное)	205	5,04	7,13	27,51	196
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№1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		615	14,31	14,25	67,35	461

Зав.столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
 общественного питания _____

Н.Г. Анисимова



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

МЕНЮ на 06.03.2025г.



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

День: четверг
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимний
 для обучающихся 5-11 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№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№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:	615	15,80	15,81	68,14	482
Обед						
ттк№115	Салат с крабовыми палочками	100	1,00	7,17	9,10	106
тк№8	Суп-лапша домашняя с мясом птицы и зеленью (250/15/1) (пшеница, морковь, лук, масло сливочное, курица, зелень)	266	6,19	8,35	13,90	156
ттк№8	Котлета по-хлыновски (говядина, курица, картофель, лук, яйца, сухари, масло растительное)	100	15,48	13,76	12,53	283
ттк№225	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная) (100/80) (картофель, молоко, масло сливочное, капуста, томат, морковь, лук, мука пшеница, сахар)	180	3,70	6,90	22,60	150
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:	906	32,08	38,07	121,19	981
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		47,88	53,88	189,33	1463

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						
ттк№164	Сыр полутвердых сортов (порционно)	20	5,26	5,32	0,00	70
ттк№62	Каша молочная рисовая с маслом (рис, молоко, сахар, масло сливочное)	205	5,04	7,13	27,51	196
ттк№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
	Итого:	585	11,10	12,90	53,09	379
Обед						
ттк№115	Салат с крабовыми палочками	100	1,00	7,17	9,10	106
ттк№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
ттк№8	Котлета по-хлыновски (говядина, курица, картофель, лук, яйца, сухари, масло раст.)	100	15,48	13,76	12,53	283
ттк№225	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная) (100/80) (картофель, молоко, масло сливочное, капуста, томат, морковь, лук)	180	3,70	6,90	22,60	150
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
	Итого:	846	26,67	33,58	98,93	833
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		37,77	46,48	152,02	1212

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						
ттк№164	Сыр полутвердых сортов (порционно)	20	5,26	5,32	0,00	70
ттк№62	Каша молочная рисовая с маслом (рис, молоко, сахар, масло слив.)	205	5,04	7,13	27,51	196
ттк№142	Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,04	1
инстр№1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
	Итого:	575	11,10	12,90	43,00	338
Обед						
ттк№115	Салат с крабовыми палочками	100	1,00	7,17	9,10	106
ттк№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
ттк№8	Котлета по-хлыновски (говядина, курица, картофель, лук, яйца, сухари, масло раст.)	100	15,48	13,76	12,53	283
ттк№225	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная) (100/80) (картофель, молоко, масло сливочное, капуста, томат, морковь, лук)	180	3,70	6,90	22,60	150
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
	Итого:	846	26,67	33,58	98,93	833
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		37,77	46,48	141,93	1171

Зав. столовой:

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
 общественного питания

Н.Г. Анисимова