



МЕНЮ на 10.03.2025

День: понедельник
Неделя: первая
Сезон: весенне-летний
для обучающихся 1-4 классов (всеобщ)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
тк №30	Макаронные изделия 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	
<i>Завтрак</i>						
тк №30	Макаронные изделия 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
<i>Обед</i>						
тк №165	Огурец свежий порционно	60	0,42	0,06	1,14	7
тк №66	Суп "Кудряш" (картофель, морковь, лук, масло слив., яйца)	250	0,81	4,58	16,81	112
тк №96	Колбасные изделия отварные	90	11,00	11,00	0,40	145
тк №14	Каша гречневая рассыпчатая (крупа 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
тк №166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
Итого:		810	26,34	28,33	122,66	830
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)			42,19	45,35	204,25	1377

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 №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	2,30	0,80	31,50	144
Итого:		550	12,63	17,22	74,16	495
<i>Обед</i>						
тк №165	Огурец свежий порционно	60	0,42	0,06	1,14	7
тк №66	Суп "Кудряш" (картофель, морковь, лук, масло слив., яйца)	250	0,81	4,58	16,81	112
тк №96	Колбасные изделия отварные	90	11,00	11,00	0,40	145
тк №14	Каша гречневая рассыпчатая (крупа 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:		750	21,23	26,64	96,00	688
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)			33,86	43,86	170,16	1183

Зав. столовой:

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
общественного питания

Н.Г. Анисимова



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



МЕНЮ на 10.03.2025

День: понедельник
 Неделя: первая
 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>						
тк№30	Макаронны 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 (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>						
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 (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>						
тк №30	Макаронны 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 (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>						
тк №30	Макаронны 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: _____
 Технолог отдела общественного питания: _____

Л.М. Горбунова
 Н.Г. Анисимова



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



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

МЕНЮ на 10.03.2025

День: понедельник
 Неделя: первая
 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№30	Макаронны 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№165	Огурец свежий порционно	60	0,42	0,06	1,14	7
тк№66	Суп "Кудряш" (картофель, морковь, лук, масло слив., яйца)	250	0,81	4,58	16,81	112
тк№96	Колбасные изделия отварные	90	11,00	11,00	0,40	145
тк№14	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив.)	180	10,08	12,96	49,50	323
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	1,00	0,20	20,20	92
тк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
	Итого:	840	28,42	30,49	114,71	821
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		45,09	47,60	201,84	1394

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№165	Огурец свежий порционно	60	0,42	0,06	1,14	7
тк№66	Суп "Кудряш" (картофель, морковь, лук, масло слив., яйца)	250	0,81	4,58	16,81	112
тк№96	Колбасные изделия отварные	90	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:	780	20,61	21,06	93,73	642
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		32,14	38,72	162,89	1118

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№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№165	Огурец свежий порционно	60	0,42	0,06	1,14	7
тк№66	Суп "Кудряш" (картофель, морковь, лук, масло слив., яйца)	250	0,81	4,58	16,81	112
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:	790	20,61	21,06	93,73	642
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		31,54	37,93	151,84	1064

Зав.столовой: _____
 Технолог отдела общественного питания: _____

Л.М. Горбунова
 Н.Г. Анисимова