



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



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

МЕНЮ на 11.03.2025

День: вторник
 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>						
ттк№61	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	5,04	7,31	27,51	196
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№117	Булочка ванильная (мука пшен., сахар, дрожжи, ванилин, масло раст.)	100	7,90	8,50	31,79	235
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		545	16,35	17,16	83,69	555

для обучающихся 1-4 классов (льготная категория)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
ттк№61	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	5,04	7,31	27,51	196
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
ттк№117	Булочка ванильная (мука пшен., сахар, дрожжи, ванилин, масло раст.)	100	7,90	8,50	31,79	235
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
Итого:		545	16,35	17,16	83,69	555
<i>Обед</i>						
ттк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы конс., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	60	1,10	8,43	4,22	97
ттк№18	Борщ сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло слив., сметана)	260	4,15	6,30	16,34	139
ттк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ттк№84	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	150	3,61	5,01	30,78	183
ттк№102	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,62	0,25	18,46	79
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
Итого:		830	27,93	30,69	102,30	798
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)			44,28	47,85	185,99	1353

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

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 11.03.2025

День: вторник
 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>						
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№117	Булочка ванильная (мука пшен., сахар, дрожжи, ванилин, масло раст.)	100	7,90	8,50	31,79	235
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		550	18,69	18,03	92,14	605

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>						
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№117	Булочка ванильная (мука пшен., сахар, дрожжи, ванилин, масло раст.)	100	7,90	8,50	31,79	235
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		545	16,16	15,71	101,84	602

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>						
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№117	Булочка ванильная (мука пшен., сахар, дрожжи, ванилин, масло раст.)	100	7,90	8,50	31,79	235
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		545	16,16	15,71	101,84	602

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>						
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№117	Булочка ванильная (мука пшен., сахар, дрожжи, ванилин, масло раст.)	100	7,90	8,50	31,79	235
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		550	18,69	18,03	92,14	605

Зав. столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
 общественного питания _____

Н.Г. Анисимова

Согласовано:

Директор МБОУ "СОШ №6"
Ю.Д. Никонев



Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Перспектива"
О.А. Кузнецова



МЕНЮ на 11.03.2025

День: вторник
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	
<i>Завтрак</i>						
ттк№61	Каша молочная пшеничная 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№117	Булочка ванильная (мука пшениц., сахар, дрожжи, ванилин, масло раст.)	100	7,90	8,50	31,79	235
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
	<i>Итого:</i>	<i>550</i>	<i>18,69</i>	<i>18,03</i>	<i>92,14</i>	<i>605</i>
<i>Обед</i>						
ттк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы консерв., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	100	1,84	8,43	7,03	162
ттк№18	Борщ сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло слив., сметана)	260	4,15	6,30	16,34	139
ттк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ттк№85	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	180	0,27	6,01	25,76	215
ттк№102	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,62	0,25	18,46	79
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
	<i>Итого:</i>	<i>900</i>	<i>25,33</i>	<i>31,69</i>	<i>100,09</i>	<i>895</i>
	<i>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</i>		<i>44,02</i>	<i>49,72</i>	<i>192,23</i>	<i>1500</i>

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	
<i>Завтрак</i>						
ттк№61	Каша молочная пшеничная 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№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
	<i>Итого:</i>	<i>645</i>	<i>11,28</i>	<i>8,83</i>	<i>88,79</i>	<i>488</i>
<i>Обед</i>						
ттк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы консерв., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	100	1,84	14,05	7,03	162
ттк№18	Борщ Сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло сливочное, сметана)	260	6,75	5,98	16,00	143
ттк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ттк№85	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	180	0,27	6,01	25,76	215
ттк№102	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,62	0,25	18,46	79
	<i>Итого:</i>	<i>840</i>	<i>22,82</i>	<i>35,30</i>	<i>73,09</i>	<i>757</i>
	<i>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</i>		<i>34,10</i>	<i>44,13</i>	<i>161,88</i>	<i>1245</i>

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	
<i>Завтрак</i>						
ттк№143	Каша молочная пшеничная жидкая без сахара с маслом (пшено, молоко, масло сливочное)	205	6,03	7,63	28,10	205
ттк№148	Чай с лимоном без сахара (200/5)	205	0,06	0,01	0,25	1
ттк№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
	<i>Итого:</i>	<i>635</i>	<i>9,79</i>	<i>8,29</i>	<i>71,05</i>	<i>406</i>
<i>Обед</i>						
ттк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы консерв., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	100	1,84	14,05	7,03	162
ттк№18	Борщ Сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло сливочное, сметана)	260	6,75	5,98	16,00	143
ттк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ттк№85	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	180	4,33	6,02	36,94	219
ттк№161	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	0,68	0,28	9,66	44
	<i>Итого:</i>	<i>840</i>	<i>26,94</i>	<i>35,34</i>	<i>75,47</i>	<i>726</i>
	<i>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</i>		<i>36,73</i>	<i>43,63</i>	<i>146,52</i>	<i>1132</i>

Зав. столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
общественного питания _____

Н.Г. Анисимова