

Согласовано:

Директор МБОУ "СОШ №6"  
Ю.Д. Никонов



Утверждено.  
Генеральный директор ООО "Перспектива"  
О.В. Кузнецова

МЕНЮ на 12.03.2025

День: среда  
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	
<b>Завтрак</b>						
тк№93	Биточки рыбные (минтай, лук, хлеб пшени., молоко, сухари панир, масло раст.)	100	13,00	8,80	15,20	196
тк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	3,15	6,75	21,90	164
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№2	Сок в индивидуальной упаковке (1 шт)	200	0,30	0,20	16,30	70
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>		<b>690</b>	<b>18,55</b>	<b>16,09</b>	<b>75,93</b>	<b>532</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>						
тк №93	Биточки рыбные (минтай, лук, хлеб пшени., молоко, сухари панир, масло раст.)	100	13,00	8,80	15,20	196
тк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	3,15	6,75	21,90	164
тк№101	Чай с сахаром и лимоном (210/5) (чай, сахар, лимон)	215	0,25	0,06	10,39	43
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>645</b>	<b>18,90</b>	<b>16,40</b>	<b>75,34</b>	<b>534</b>
<b>Обед</b>						
тк№22	Салат из консервированной кукурузы с яйцом (кукуруза конс., яйца, лук, масло растительное)	60	2,81	6,79	3,97	83
тк№51	Суп картофельный с фрикадельками из птицы (картофель, морковь, лук, томат, масло сливочное, курица, яйца)	275	11,96	7,31	17,07	182
тк№9	Сердце тушеное в соусе (50/50) (сердце говяжье, морковь, лук, томат, мука пшени., масло сливочное, чеснок)	100	5,73	7,73	6,75	143
тк№93	Макаронные изделия отварные (макаронны, масло растительное)	150	5,02	8,89	27,07	208
тк№111	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухих фруктов, сахар)	200	0,75	0,00	21,80	90
тк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб "Северный" (с джемом/варьями) (30/30)	60	4,61	1,63	24,51	134
<b>Итого:</b>		<b>845</b>	<b>30,88</b>	<b>32,35</b>	<b>101,17</b>	<b>840</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>			<b>49,78</b>	<b>48,75</b>	<b>176,51</b>	<b>1374</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>						
тк №93	Биточки рыбные без панировки (минтай, лук, молоко, масло раст.)	100	71,00	13,00	8,80	15,20
тк№15	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное)	150	3,15	6,75	21,90	164
тк№148	Чай с лимоном без сахара (200/5) (чай-заварка, лимон)	205	0,06	0,01	0,25	1
инстр№1	Фрукт свежий	150	2,25	0,75	31,50	144
<b>Итого:</b>		<b>605</b>	<b>76,46</b>	<b>20,51</b>	<b>62,45</b>	<b>325</b>
<b>Обед</b>						
тк№22	Салат из консервированной кукурузы с яйцом (кукуруза конс., яйца, лук, масло растительное)	60	2,81	6,79	3,97	83
тк№51	Суп картофельный с фрикадельками из птицы (картофель, морковь, лук, томат, масло сливочное, курица, яйца)	275	11,96	7,31	17,07	182
тк№9	Сердце тушеное в соусе (50/50) (сердце говяжье, морковь, лук репчатый, томат, масло сливочное, чеснок)	100	5,73	7,73	6,75	143
тк№14	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	150	6,49	4,35	32,46	195
тк№153	Компот из сухофруктов без сахара (смесь сухих фруктов)	200	0,75	0,00	11,82	3
<b>Итого:</b>		<b>760</b>	<b>27,74</b>	<b>26,18</b>	<b>72,07</b>	<b>606</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>			<b>104,20</b>	<b>46,69</b>	<b>134,52</b>	<b>931</b>

Зав.столовой. \_\_\_\_\_

Л.М. Горбунова

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

Н.Г. Анисимова



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

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

МЕНЮ на 12.03.2025

День: среда  
 Неделя: первая  
 Сезон: весенне-летний  
 для обучающихся 5-11 классов (всеобщ)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
	<i>Завтрак</i>					
тк№93	Биточки рыбные (минтай, лук, хлеб пшени., молоко, сухари панир, масло раст.)	100	13,00	8,80	15,20	196
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 пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>	<b>550</b>	<b>22,09</b>	<b>18,59</b>	<b>78,27</b>	<b>576</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>					
тк№96	Колбасные изделия 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 пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>	<b>550</b>	<b>19,38</b>	<b>19,41</b>	<b>63,47</b>	<b>507</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>					
тк№96	Колбасные изделия 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 пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>	<b>550</b>	<b>19,38</b>	<b>19,41</b>	<b>63,47</b>	<b>507</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>					
тк№96	Колбасные изделия 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 пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</b>	<b>550</b>	<b>20,09</b>	<b>20,79</b>	<b>63,47</b>	<b>525</b>

Зав.столовой. \_\_\_\_\_

Л.М. Горбунова

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

Н.Г. Анисимова



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



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

МЕНЮ на 12.03.2025

День: среда  
 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>						
тк №93	Биточки рыбные (мятай, лук, хлеб пшени., молоко, сухари панир, масло раст.)	100	13,00	8,80	15,20	196
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>19,48</b>	<b>17,69</b>	<b>79,46</b>	<b>565</b>
<i>Обед</i>						
тк №22	Салат из консервированной кукурузы с яйцом (кукуруза конс., яйца, лук, масло растительное)	100	4,68	11,32	6,62	139
тк №51	Суп картофельный с фрикадельками из птицы (картофель, морковь, лук, томат, масло сливочное, курица, яйца)	275	11,96	7,31	17,07	182
тк №9	Сердце тушеное в соусе (50/50) (сердце говяжье, морковь, лук, томат, мука пшени., масло сливочное, чеснок)	100	5,73	7,73	6,75	143
тк №93	Макаронные изделия отварные (макароны, масло растительное)	180	6,02	10,67	40,88	283
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" (с замесом) (30/30)	60	4,61	1,63	24,51	134
	<b>Итого:</b>	<b>915</b>	<b>33,75</b>	<b>38,66</b>	<b>117,63</b>	<b>971</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>		<b>53,23</b>	<b>56,35</b>	<b>197,09</b>	<b>1536</b>

для обучающихся 5-11 классов (льготная категория) безглютеновая диета 9в класс

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
тк №93	Биточки рыбные без панировки (мятай, лук, молоко, масло раст.)	100	13,00	8,80	15,20	196
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>17,58</b>	<b>17,35</b>	<b>67,06</b>	<b>505</b>
<i>Обед</i>						
тк №22	Салат из консервированной кукурузы с яйцом (кукуруза конс., яйца, лук, масло растительное)	100	4,68	11,32	6,62	139
тк №51	Суп картофельный с фрикадельками из птицы (картофель, морковь, лук, томат, масло сливочное, курица, яйца)	275	11,96	7,31	17,07	182
тк №9	Сердце тушеное в соусе (50/50) (сердце говяжье, морковь, лук репчатый, томат, масло сливочное, чеснок)	100	5,73	7,73	6,75	143
тк №14	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	180	7,78	5,22	38,98	234
тк №111	Компот из смеси сухофруктов (смесь сушеных фруктов, сахар)	200	0,75	0,00	21,80	90
	<b>Итого:</b>	<b>830</b>	<b>30,90</b>	<b>31,58</b>	<b>91,22</b>	<b>788</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>		<b>48,48</b>	<b>48,93</b>	<b>158,28</b>	<b>1293</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	
<i>Завтрак</i>						
тк №93	Биточки рыбные без панировки (мятай, лук, молоко, масло раст.)	100	13,00	8,80	15,20	196
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>17,58</b>	<b>17,35</b>	<b>56,97</b>	<b>464</b>
<i>Обед</i>						
тк №22	Салат из консервированной кукурузы с яйцом (кукуруза конс., яйца, лук, масло растительное)	100	4,68	11,32	6,62	139
тк №51	Суп картофельный с фрикадельками из птицы (картофель, морковь, лук, томат, масло сливочное, курица, яйца)	275	11,96	7,31	17,07	182
тк №9	Сердце тушеное в соусе (50/50) (сердце говяжье, морковь, лук репчатый, томат, масло сливочное, чеснок)	100	5,73	7,73	6,75	143
тк №14	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	180	7,78	5,22	38,98	234
тк №153	Компот из сухофруктов без сахара (смесь сушеных фруктов)	200	0,75	0,00	11,82	3
	<b>Итого:</b>	<b>830</b>	<b>30,90</b>	<b>31,58</b>	<b>81,24</b>	<b>701</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)</b>		<b>48,48</b>	<b>48,93</b>	<b>138,21</b>	<b>1165</b>

Зав. столовой: \_\_\_\_\_

Л.М. Горбунова

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

Н.Г. Анисимова