



МЕНЮ на 14.03.2025

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ттк№78	Котлета рубленая из птицы (курица, хлеб пшени., лук, сулари пахар., масло раст.)	100	13,58	7,19	15,06	205
ттк№225	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная) (100/50) (картофель, молоко, масло сливочное, капуста, томат, морковь, лук, мука пшени., сахар)	180	3,10	5,00	19,60	147
ттк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,25	0,06	10,39	43
ттк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	1,90	0,40	24,80	60
инстр№1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
	Итого:	670	19,43	13,10	85,30	526
Обед						
ттк№192	Огурец консервированный (порционно)	60	0,70	0,10	1,90	11
ттк№10	Юшка гороховая (колбаса, картофель, горох, морковь, лук, масло раст.)	250	6,88	12,14	23,07	241
тк№4	Плов по-узбекски с птицей (50/150) (курица, рис, морковь, лук, масло раст.)	200	10,87	12,99	35,27	368
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
ттк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб "Северный" (с лимончиком) (30/30)	60	4,61	1,63	24,51	134
	Итого:	770	23,66	27,06	121,15	898
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		43,09	40,16	206,45	1424

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№137	Птица отварная	100	19,10	7,40	0,50	145
тк№17	Капуста тушеная (капуста б/к свежая, масло сливочное, томатная паста, лук репчатый)	180	3,60	5,40	18,00	137
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:	640	23,50	13,25	44,08	395
Обед						
ттк№192	Огурец консервированный порционно	60	0,70	0,10	1,90	11
ттк№10	Юшка гороховая (колбаса, картофель, горох, морковь, лук, масло раст.)	250	6,88	12,14	23,07	241
тк№4	Плов по-узбекски с птицей (50/150) (курица, рис, морковь, лук, масло раст.)	200	10,87	12,99	35,27	368
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
	Итого:	710	19,05	25,43	96,64	764
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		42,55	38,68	140,72	1159

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№137	Птица отварная	100	19,10	7,40	0,50	145
тк№17	Капуста тушеная (капуста б/к свежая, масло сливочное, томатная паста, лук репчатый)	180	3,60	5,40	18,00	137
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:	630	23,50	13,25	33,99	354
Обед						
ттк№192	Огурец консервированный порционно	60	0,70	0,10	1,90	11
ттк№10	Юшка гороховая (колбаса, картофель, горох, морковь, лук, масло раст.)	250	6,88	12,14	23,07	241
тк№4	Плов по-узбекски с птицей (50/150) (курица, рис, морковь, лук, масло раст.)	200	10,87	12,99	35,27	368
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
	Итого:	710	19,05	25,43	96,64	764
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		42,55	38,68	130,63	1118

Зав. столовой: _____
 Технолог отдела общественного питания: _____

Л.М. Горбунова

Н.Г. Анисимова



МЕНЮ на 14.03.2025



№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>						
тк№57	Каша молочная "Дружба" с маслом (рис, пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	5,04	7,31	27,51	196
тк№127	Чай с сахаром (210/5)(чай, сахар)	210	0,25	0,06	10,39	43
тк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	1,90	0,34	24,80	60
инстр№1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		595	7,79	8,16	78,15	370

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	1 шт	11,00	11,00	0,40	145
тк№17	Капуста тушеная (капуста б/к свежая, масло сливочное, томатная паста, лук репчатый)	180	3,60	5,40	18,00	137
тк№127	Чай с сахаром (210/5)(чай, сахар)	210	0,25	0,06	10,39	43
тк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	1,90	0,34	24,80	60
инстр№1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		570	17,35	17,25	69,04	456

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	1 шт	11,00	11,00	0,40	145
тк№17	Капуста тушеная (капуста б/к свежая, масло сливочное, томатная паста, лук репчатый)	180	3,60	5,40	18,00	137
тк№127	Чай с сахаром (210/5)(чай, сахар)	210	0,25	0,06	10,39	43
тк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	1,90	0,34	24,80	60
инстр№1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		570	17,35	17,25	69,04	456

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№62	Каша молочная рисовая с мясом (рис, молоко, сахар, масло сливочное)	205	5,04	7,13	27,51	196
тк№127	Чай с сахаром (210/5)(чай, сахар)	210	0,25	0,06	10,39	43
тк№166	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	1,90	0,34	24,80	60
инстр№1	Фрукт свежий	150	0,60	0,45	15,45	71
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		595	7,79	7,98	78,15	370

Зав. столовой:

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
 общественного питания

Н.Г. Анисимова

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



МЕНЮ на 14.03.2025

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



День: пятница
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	
Завтрак						
тк№78	Котлета рубленая из птицы (курица, хлеб пшен., лук, сухари панир., масло раст.)	90	13,38	12,19	20,06	243
тк№225	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная) (100/50) (картофель, молоко, масло сливочное, капуста, томат, морковь, лук, мука пшен., сахар)	150	3,10	5,00	19,60	147
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
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)		630	19,18	17,98	77,64	563

для обучающихся 1-4 классов (льготная категория)

№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
тк№78	Котлета рубленая из птицы (курица, хлеб пшен., лук, сухари панир., масло раст.)	90	13,38	12,19	20,06	243
тк№225	Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная) (100/50) (картофель, молоко, масло сливочное, капуста, томат, морковь, лук, мука пшен., сахар)	150	3,10	5,00	19,60	147
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
Итого:		630	19,18	17,98	77,64	563
Обед						
тк№192	Огурец консервированный (порционно)	60	0,70	0,10	1,90	11
тк№10	Юшка гороховая (колбаса, картофель, горох, морковь, лук, масло раст.)	250	6,88	12,14	23,07	241
тк№4	Плов по-узбекски с птицей (50/150) (курица, рис, морковь, лук, масло раст.)	200	14,40	17,74	35,27	358
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
тк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб "Северный" (с льняными семечками) (30/30)	60	4,61	1,63	24,51	134
Итого:		770	27,19	31,81	121,15	888
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		1400	46,37	49,79	198,79	1451

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	
Завтрак						
тк№137	Птица отварная (курица)	100	15,70	8,90	0,40	144
тк№17	Капуста тушеная (капуста б/к свежая, масло сливочное, томатная паста, лук репчатый)	150	3,00	4,50	15,00	114
тк№142	Чай без сахара (чай-заварка)	200	0,20	0,00	0,04	1
инстр№1	Фрукт свежий	150	2,30	0,80	31,50	144
Итого:		600	21,20	14,20	46,94	403
Обед						
тк№192	Огурец консервированный (порционно)	60	0,70	0,10	1,90	11
тк№10	Юшка гороховая (колбаса, картофель, горох, морковь, лук, масло раст.)	250	6,88	12,14	23,07	241
тк№4	Плов по-узбекски с птицей (50/150) (курица, рис, морковь, лук, масло раст.)	200	14,40	17,74	35,27	358
инстр№2	Сок разливной (фруктовый или овощной)	200	0,60	0,20	36,40	144
Итого:		710	22,58	30,18	96,64	754
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		1310	43,78	44,38	143,58	1157

Зав. столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
общественного питания _____

Н.Г. Анисимова