



МЕНЮ на 13.05.2025г.



для обучающихся 1-4 классов (всеобуч)

№ рецеп- туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
	<i>Завтрак</i>					
тк№61	Каша молочная пшенинная жидкая с маслом (пшенио, молоко, сахар, масло сливочное)	205	5,04	7,31	27,51	196
тк№127	Чай с сахаром (чай, сахар)	210	0,20	0,00	10,13	42
тк№117	Булочка ванильная (мука пшени., сахар, дрожжи, яйца, масло раст.)	100	7,90	8,50	31,79	235
тк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
	<i>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак)</i>	<i>545</i>	<i>16,35</i>	<i>17,16</i>	<i>83,69</i>	<i>555</i>

для обучающихся 1-4 классов (льготная категория)

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

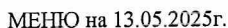
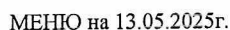
№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
ткк№143	Каша пшеничная молочная жидкая без сахара с маслом (пшено, молоко, масло сливочное)	205	6,03	7,63	28,10	205
ткк№142	Чай без сахара (чай-заварка)	200	0,20	0,00	0,04	1
ткк№166	Хлебцы без глютена (кукурузные, 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
	Обед					
ткк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы консерв., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	60	1,10	8,43	4,22	97
тк№18	Борщ Сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло сливочное, сметана)	260	6,75	5,98	16,00	143
ткк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, морковь, лук репчатый, масло растительное)	100	13,34	9,01	5,84	158
тк№ 85	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	150	3,61	5,01	30,78	183
ткк№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



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	
	Завтрак					
тгк№190	Каша пшенная с сухофруктами (изюм, курага) с растительным маслом	200	4,80	5,80	45,40	242
тгк№101	Чай с сахаром и лимоном (210/5) (чай, сахар, лимон)	215	0,25	0,06	10,39	43
тгк№117	Булочка ванильная (мука пшени., сахар, дрожжи, ванилин, масло раст.)	100	7,90	8,50	31,79	235
тгк№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 (всеобщ) гипоаллергенная диета (яйцо, молоко, орехи, рыба, морковь) 8в класс						
№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
тгк№190	Каша пшениная с сухофруктами (изюм, курага) с растительным маслом	200	4,80	5,80	45,40	242
тгк№101	Чай с сахаром и лимоном (210/5) (чай, сахар, лимон)	215	0,25	0,06	10,39	43
тгк№117	Булочка ванильная (мука пшени., сахар, дрожжи, ванилин, масло раст.)	100	7,90	8,50	31,79	235
тгк№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 (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>					
ттк№61	Каша молочная пшенинная 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	Булочки ванильные (мука пшени., 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



МЕНЮ на 13.05.2025г.

Составлено: Директор МБОУ "СОШ №9" Ю.Д. Никитов

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	
	Завтрак					
ткк№61	Каша молочная пшенинная жидкая с маслом (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	7,33	8,12	35,70	245
ткк№101	Чай с сахаром и лимоном (210/5) (чай, сахар, лимон)	215	0,25	0,06	10,39	43
ткк№117	Булочка ванильная (мука пшени., сахар, дрожжи, ванилин, масло раст.)	100	7,90	8,50	31,79	235
ткк№166	Хлеб пшеничный в/с	30	3,21	1,35	14,26	82
	Итого:	550	18,69	18,03	92,14	605
	Обед					
ткк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы консер., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	100	1,84	8,43	7,03	162
ткк№18	Борщ сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло слив., сметана)	260	4,15	6,30	16,34	139
ткк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ткк№85	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	180	0,27	6,01	25,76	215
ткк№102	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника, сахар)	200	0,62	0,25	18,46	79
ткк№166	Хлеб пшеничный в/с, хлеб ржаной (30/30)	60	5,11	1,69	26,66	142
	Итого:	900	25,33	31,69	100,09	895
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)		44,02	49,72	192,23	1500

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

для обучающихся 5-11 классов (льготная категория) гиподинамичная диета (лимон) ½ класс						
№ рецеп- туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
	<i>Завтрак</i>					
ткк№61	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом (пшено, молоко, сахар, масло сливочное)	205	7,33	8,12	35,70	245
ткк№101	Чай с сахаром и лимоном (210/5) (чай, сахар, лимон)	215	0,25	0,06	10,39	43
ткк№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>					
ткк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы консерв., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	100	1,84	14,05	7,03	162
ткк№18	Борщ Сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло сливочное, сметана)	260	6,75	5,98	16,00	143
ткк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ткк№85	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	180	0,27	6,01	25,76	215
ткк№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

для обучающихся 5-11 классов (льготная категория) гипоаллергенная диета (злаки, сахар) 114 класс						
№ рецеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
ткк№143	Каша молочная пшеничная жидкая без сахара с маслом (пшено, молоко, масло сливочное)	205	6,03	7,63	28,10	205
ткк№148	Чай с лимоном без сахара (200/5)	205	0,06	0,01	0,25	1
ткк№166	Хлебцы без глютена (кукурузные, гречисвые, 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:	635	9,79	8,29	71,05	406
Обед						
ткк№130	Салат "Зимний" (картофель, морковь, огурцы конс., лук, зеленый горошек, яйца, масло растительное)	100	1,84	14,05	7,03	162
ткк№18	Борщ Сибирский со сметаной (250/10) (свекла, картофель, фасоль, морковь, лук, томат, масло сливочное, сметана)	260	6,75	5,98	16,00	143
ткк№7	Рыба запеченная с овощами (50/50) (горбуша, мука, морковь, лук, масло раст.)	100	13,34	9,01	5,84	158
ткк№85	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	180	4,33	6,02	36,94	219
ткк№161	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	0,68	0,28	9,66	44
	Итого:	840	26,94	35,34	75,47	726
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ (завтрак и обед)			36,73	43,63	146,52	1132

Зав. столовой: _____

Л.М. Горбунова

Технолог отдела
общественного питания _____

Н.Г. Анисимова