

Задание выполнено

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ № 100

*Е.С. Сидельникова*

"01.09" 2024г

"Утверждаю"

Врио руководителя ООО "Общепит-Н"

*Е.С. Сидельникова*

"01" сентября 2024г

**МЕНЮ**

**ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ**  
**(7-11 лет.)**

День 1

**ЗАВТРАК**

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход,г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
175	1.	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	200/10	27,37	4,35	9,42	39,08	259,36	127,70	35,53	149,60	0,80	52,31	0,10	0,55	0,92
15	2.	Батон в/с	50	6,06	4,00	0,70	21,00	106,00	11,50	16,50	43,50	1,00	0	0,10	0,80	0
15	3.	Сыр (порциями)	20	19,95	4,64	5,90	0	71,66	176,00	7,00	100,00	0,20	52,00	0	0	0
15	4.	Печенье	25	5,25	1,88	4,50	16,75	115,75	5,75	2,50	16,25	1,05	0	0,09	0,42	0
382	5.	Какао с молоком	200	14,54	2,94	3,42	17,58	118,60	152,20	21,34	124,56	0,48	24,40	0,06	0,2	1,59
386	6.	Ряженка	100	14,42	3,00	1,00	4,20	40,00	124,00	14,00	92,00	0,10	0	0	0,10	0,30
		<b>Всего</b>	<b>605</b>	<b>87,59</b>	<b>17,81</b>	<b>23,94</b>	<b>94,41</b>	<b>671,37</b>	<b>473,15</b>	<b>82,87</b>	<b>433,91</b>	<b>3,53</b>	<b>128,71</b>	<b>0,35</b>	<b>1,94</b>	<b>2,51</b>

**ОБЕД**

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход,г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
71	1.	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	16,28	0,72	0,12	2,76	15,60	8,40	12,00	0	0,48	0	0	0	10,50
104	2.	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	200/28	32,85	8,18	5,73	20,09	164,45	60,14	24,09	58,27	1,25	0,73	8,62	1,18	18,21
289	3.	Рагу из курицы	240	58,86	19,30	24,50	25,20	399,10	50,50	53,30	148,40	2,60	0	0,30	5,80	15,50
349	4.	Компот из сухофруктов	200	7,02	0,60	0,09	32,01	132,80	32,48	17,46	23,44	0,70	0	0,02	0,26	0,73
	5.	Хлеб ржаной	30	1,99	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0	0,0	0,00
	6.	Хлеб пшеничный	30	2,40	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0	0,0	0,00
		<b>Всего</b>	<b>788</b>	<b>119,40</b>	<b>32,85</b>	<b>31,07</b>	<b>109,37</b>	<b>851,06</b>	<b>165,32</b>	<b>124,25</b>	<b>288,01</b>	<b>6,29</b>	<b>0,73</b>	<b>9,00</b>	<b>7,242</b>	<b>44,94</b>
		<b>ИТОГО:</b>		<b>206,99</b>	<b>50,66</b>	<b>55,01</b>	<b>203,78</b>	<b>1522,43</b>	<b>638,47</b>	<b>207,12</b>	<b>721,92</b>	<b>9,82</b>	<b>129,44</b>	<b>9,35</b>	<b>9,18</b>	<b>47,45</b>

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

*В.Н. Демкина*

" 09 09 2024г.

"Утверждаю"

Врио руководителя ООО "Общепит-Н"  
/ Е.С. Сидельникова /  
"01" сентября 2024г.



**МЕНЮ**  
для школьных столовых  
(7-11 лет.)

День 2

№ п/п	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества ( мг )					Витамины ( мг )		
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
71	1.	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	16,28	0,70	0,10	2,80	15,60	8,40	12,00	0	0,50	0	0	0	10,50
291	2.	Плов из курицы	240	56,73	28,80	36,70	46,60	632,20	62,30	65,50	275,30	3,10	66,30	0,00	0,00	1,40
376	3.	Хлеб пшеничный 1с.	40	3,20	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0	0,04	0,09	0,10
386	4.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0,00	0
	5.	Снежок	100	13,39	2,70	2,50	10,80	79,00	121,00	15,00	94,00	0,10	20,00	0,05	0,10	0,90
		<b>Всего</b>	<b>600</b>	<b>91,49</b>	<b>32,76</b>	<b>37,20</b>	<b>83,72</b>	<b>801,32</b>	<b>84,90</b>	<b>90,70</b>	<b>310,10</b>	<b>6,04</b>	<b>66,30</b>	<b>0,04</b>	<b>0,09</b>	<b>12,00</b>

**ОБЕД**

№ п/п	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества ( мг )					Витамины ( мг )		
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
71	1.	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	9,47	0,50	0	2,00	9,60	13,80	0	0	0,30	0	0	0	3,00
82	2.	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	10,41	1,80	4,90	15,20	112,30	85,90	10,60	21,80	0,90	1,00	5,00	0,30	12,90
260	3.	Гуляш из говядины	90/30	143,85	18,51	7,71	4,54	160,80	18,94	20,14	150,68	1,71	0	0,26	0	0,94
309	4.	Макаронные изделия отварные с маслом	150	11,50	5,52	4,50	26,45	168,45	4,86	21,12	37,17	1,10	0	0,05	0,78	0,00
	5.	Напиток "Виташка"	200	14,00	0,20	0,00	3,90	16,00	0,24	0,20	0,50	7,00	0	0,10	0,00	6,00
	6.	Хлеб ржаной	30	1,99	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0,00	0
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,40	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0,00	0
		<b>Всего</b>	<b>790</b>	<b>193,62</b>	<b>30,58</b>	<b>17,74</b>	<b>81,4</b>	<b>606,26</b>	<b>137,54</b>	<b>69,46</b>	<b>268,05</b>	<b>12,2725</b>	<b>1,00</b>	<b>5,47</b>	<b>1,08</b>	<b>22,84</b>
		<b>Итого:</b>		<b>285,11</b>	<b>63,34</b>	<b>54,94</b>	<b>165,12</b>	<b>1407,58</b>	<b>222,44</b>	<b>160,16</b>	<b>578,15</b>	<b>18,31</b>	<b>67,30</b>	<b>5,51</b>	<b>1,17</b>	<b>34,84</b>

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

*Е.Ю. Акшина*

"09" 09 2024г

"Утверждаю"

Врио руководителя ООО "Общепит-Н"

*Е.С. Сидельникова*

"01" сентября 2024г

**МЕНЮ**

Для школьных столовых

(7-11 лет)

День 3

**ЗАВТРАК**

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
181	1.	Маша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	200/10	26,22	4,65	10,05	31,10	233,0	192,20	23,50	156,10	0,30	36,70	0,10	0	1,10
209	2.	яйцо вареное	40	15,00	5,08	4,60	0,28	63,00	22,00	4,80	76,80	1,00	100,00	0,03	0,08	0
376	3.	Хлеб пшеничный 1с.	70	5,60	9,48	1,60	57,60	280,50	27,60	39,60	104,40	1,32	0	0,12	0,30	0,30
	4.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
		<b>Всего</b>	<b>520</b>	<b>48,71</b>	<b>19,31</b>	<b>16,25</b>	<b>103,98</b>	<b>636,50</b>	<b>246,80</b>	<b>67,90</b>	<b>337,30</b>	<b>4,62</b>	<b>136,70</b>	<b>0,25</b>	<b>0,38</b>	<b>1,40</b>

**ОБЕД**

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	B	PP	C
52	1.	Салат из свеклы отварной	60	5,78	1,00	3,60	6,60	62,40	21,10	12,50	24,60	0,80	0	0	0,10	5,70
108	2.	Суп картофельный с клецками	200	10,36	5,20	6,30	29,00	193,50	86,00	7,50	14,70	0,80	1,20	2,40	0,20	1,90
268	3.	Шницель из говядины	90	50,08	12,10	15,90	18,20	263,50	39,40	28,90	149,70	0,90	25,90	0,10	0	0,10
321	4.	Капуста тушеная	150	17,91	3,00	5,40	15,90	124,50	69,90	23,00	46,70	0,90	0,30	14,40	1,00	60,50
348	5.	Компот из чернослив	200	15,97	0,60	0,00	37,00	150,40	11,20	0	0	0,50	0	0,00	0	0,40
	6.	Хлеб ржаной	30	1,99	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,40	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
		<b>Всего</b>	<b>760</b>	<b>104,49</b>	<b>25,95</b>	<b>31,83</b>	<b>136,01</b>	<b>933,41</b>	<b>241,40</b>	<b>89,30</b>	<b>293,60</b>	<b>5,16</b>	<b>27,40</b>	<b>16,96</b>	<b>1,30</b>	<b>68,60</b>
		<b>Итого:</b>		<b>153,20</b>	<b>45,26</b>	<b>48,08</b>	<b>239,99</b>	<b>1569,91</b>	<b>488,20</b>	<b>157,20</b>	<b>630,90</b>	<b>9,78</b>	<b>164,10</b>	<b>17,21</b>	<b>1,68</b>	<b>70,00</b>

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ № 1  
"01" / *Е.С. Сидельникова* /  
"01" / 05 / 2024г

"Утверждаю"

Врио руководителя ООО "Общепит-Н"  
/ *Е.С. Сидельникова* /  
"01" сентября 2024г

**МЕНЮ**  
**ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ**  
**( 7-11 лет )**

День 4

№ рец.	№	Наименование блюд	Выход,г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества ( мг )				Витамины ( мг )			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
175	1.	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	200/10	27,37	4,35	9,42	39,08	259,36	127,70	35,53	149,60	0,80	52,31	0,10	0,55	0,92
	2.	Хлеб пшеничный 1с.	70	5,60	9,48	1,60	57,60	280,50	27,60	39,60	104,40	1,32	0	0,12	0,30	0,30
15	3.	Сыр (порциями)	20	19,95	4,64	5,90	0	71,66	176,00	7,00	100,00	0,20	52,00	0	0	0
376	4.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
386	5.	Снежок	100	13,39	2,70	2,50	10,80	79,00	121,00	15,00	94,00	0,10	20,00	0,05	0,10	1,35
		<b>Всего</b>	<b>600</b>	<b>68,20</b>	<b>18,57</b>	<b>16,92</b>	<b>111,68</b>	<b>671,52</b>	<b>336,30</b>	<b>82,13</b>	<b>354,00</b>	<b>4,32</b>	<b>104,31</b>	<b>0,22</b>	<b>0,85</b>	<b>1,22</b>
<b>ОБЕД</b>																
№	№	Наименование блюд	Выход,г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества ( мг )				Витамины ( мг )			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
71	1.	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	9,47	0,50	0,00	2,00	9,60	13,80	0	0	0,30	0	0	0	3,00
88	2.	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной.	200	9,76	1,60	4,90	11,50	96,80	75,20	14,70	34,20	1,03	1,00	5,50	0,95	6,60
282	3.	Оладьи из говяжьей печени	90/5	64,06	15,28	18,46	6,25	268,36	19,60	15,09	223,38	11,47	6,48	0,21	5,80	15,50
198	4.	Каша гороховая отварная с маслом	150/5	10,20	13	7,40	42,40	287,90	84,50	0,00	0,00	5,00	0	0,02	0,00	0,20
1041	5.	Напиток апельсиновый	200	8,14	0,10	0	27,10	108,60	23,52	0,00	0,00	0,24	0	0,03	0,00	12,90
	6.	Хлеб ржаной	30	1,99	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,40	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
		<b>Всего</b>	<b>770</b>	<b>106,02</b>	<b>34,53</b>	<b>31,39</b>	<b>118,56</b>	<b>910,37</b>	<b>230,42</b>	<b>47,19</b>	<b>315,48</b>	<b>19,30</b>	<b>7,48</b>	<b>5,82</b>	<b>6,75</b>	<b>38,20</b>
		<b>ИТОГО:</b>	<b>174,22</b>	<b>48,31</b>	<b>1581,89</b>	<b>230,24</b>	<b>566,72</b>	<b>129,32</b>	<b>669,48</b>	<b>23,62</b>	<b>111,79</b>	<b>6,04</b>	<b>7,60</b>	<b>39,42</b>		

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

09 / *С.Ю. Демкина* 2024г. 09

№ 09

2024г. 09

"Утверждаю"

Врио руководителя ООО "Общепит-Н"

/Е.С. Сидельникова/

01" сентября 2024г

### МЕНЮ

для школьных столовых

(7-11 лет)

День 5

#### ЗАВТРАК

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)					Витамины (мг)		
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
294/33	1.	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом сметанным	90/30	39,06	6,45	8,55	6,80	129,60	53,25	11,78	54,34	19,60	0,08	0,10	1,95	0,61
309	2.	Макаронные изделия отварные с маслом	150	11,50	5,52	4,50	26,45	168,45	4,86	21,12	37,17	1,10	0	0,05	0,78	0
379	3.	Хлеб пшеничный 1с.	40	2,93	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0	0,04	0,09	0,10
	4.	Кофейный напиток с молоком	200	15,45	3,60	2,70	28,30	151,80	100,30	11,70	75,00	0,10	0	4,70	0,10	1,10
		<b>Всего</b>	<b>510</b>	<b>68,94</b>	<b>18,73</b>	<b>16,15</b>	<b>80,87</b>	<b>543,37</b>	<b>167,61</b>	<b>57,80</b>	<b>201,31</b>	<b>21,24</b>	<b>0,08</b>	<b>4,89</b>	<b>2,92</b>	<b>1,81</b>

#### ОБЕД

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)					Витамины (мг)		
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
45	1.	Салат из белокочанной капусты.	60	5,58	0,80	2,80	6,20	52,80	22,40	9,10	16,60	0,30	0	0	0	19,50
102	2.	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	7,03	5,10	5,40	23,90	163,80	45,80	35,50	0,00	4,60	0	0	0	11,20
259	3.	Жаркое по-домашнему.	240	156,47	23,44	10,70	28,80	305,82	31,14	65,70	336,96	3,98	24,00	0,28	0	8,92
	4.	Напиток "Витошка"	200	14,00	0,20	0,00	3,90	16,00	0,24	0,20	0,50	7,00	0	0,10	0	6,00
	5.	Хлеб ржаной	30	1,99	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0
	6.	Хлеб пшеничный	30	2,40	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
		<b>Всего</b>	<b>760</b>	<b>187,47</b>	<b>33,59</b>	<b>19,53</b>	<b>92,11</b>	<b>677,53</b>	<b>113,38</b>	<b>127,90</b>	<b>411,96</b>	<b>17,14</b>	<b>24</b>	<b>0</b>	<b>45,62</b>	<b>47,43</b>
		<b>Итого:</b>		<b>256,41</b>	<b>52,32</b>	<b>35,68</b>	<b>172,98</b>	<b>1220,90</b>	<b>280,99</b>	<b>185,70</b>	<b>613,27</b>	<b>38,38</b>	<b>24,08</b>	<b>5,33</b>	<b>2,92</b>	<b>47,43</b>

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

*В.Н. Демин*

"01.09.2024г"

"Утверждаю"

Врио руководителя ООО "Общепит-Н"

*Е.С. Сидельникова*

"01" сентября 2024г

### МЕНЮ

ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ

(7-11 лет)

День 6

#### ЗАВТРАК

№ рещ.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества ( мг )				Витамины ( мг )				
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C	
210	1.	Омлет натуральный	200	77,08	13,70	27,60	14,50	362,10	113,90	19,50	259,80	3,00	339,80	0,20	0,00	0,30	0,30
	2.	Хлеб пшеничный 1с.	40	2,93	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0	0,04	0,09	0,10	0,10
	3.	Пряники	60	14,40	2,88	1,68	46,62	201,48	5,40	0	0	0,36	0	0,05	0,83	0	0
376	4.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0,00	0,00	2,00	0	0	0	0	0
386	5.	Ряженка	100	14,42	3,00	1,00	4,20	40,00	124,00	14,00	92,00	0,10	0	0,03	0,10	0,30	0,30
		<b>Всего</b>	<b>600</b>	<b>110,72</b>	<b>19,84</b>	<b>29,68</b>	<b>95,44</b>	<b>717,10</b>	<b>133,50</b>	<b>32,70</b>	<b>294,60</b>	<b>5,80</b>	<b>339,80</b>	<b>0,29</b>	<b>0,92</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>

#### ОБЕД

№ рещ.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества ( мг )				Витамины ( мг )				
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C	
71	1.	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	9,47	0,50	0,00	2,00	9,60	13,80	0	0	0,30	0	0	0	0	3,00
103	2.	Суп картофельный с макаронными изделиями ( вермишель )	200	8,02	2,15	2,27	13,96	94,60	23,36	21,82	54,06	0,90	0	0,09	0,95	6,60	6,60
229	3.	Рыба (морская), тушеная в томате с овощами	120	28,44	10,92	5,76	5,76	118,8	42,59	40,97	155,53	0,79	1,82	6,24	0,96	2,88	2,88
304	4.	Рис отварной	150	16,64	3,80	6,10	41,40	235,70	140,80	115,20	392,10	3,60	0,10	42,80	4,50	0,00	0,00
349	5.	Компот из смеси сухофруктов	200	7,02	0,60	0,09	32,01	132,80	32,48	17,46	23,44	0,70	0	0,02	0,26	0,73	0,73
	6.	Хлеб ржаной	36	2,39	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0,00	0,00
	7.	Хлеб пшеничный	40	3,20	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0,00	0,00
		<b>Всего</b>	<b>806</b>	<b>75,18</b>	<b>22,02</b>	<b>14,85</b>	<b>124,44</b>	<b>730,61</b>	<b>266,83</b>	<b>212,85</b>	<b>683,03</b>	<b>7,55</b>	<b>1,92</b>	<b>49,21</b>	<b>6,67</b>	<b>13,21</b>	<b>13,21</b>
		<b>ИТОГО:</b>		<b>185,90</b>	<b>41,86</b>	<b>44,53</b>	<b>219,88</b>	<b>1447,71</b>	<b>400,33</b>	<b>245,55</b>	<b>977,63</b>	<b>13,35</b>	<b>341,72</b>	<b>49,50</b>	<b>7,59</b>	<b>13,61</b>	<b>13,61</b>

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

*С.Н. Демина*

2024г

"Утверждаю"

Брио руководителя ООО "Общепит-Н"

*Е.С. Сидельникова*

"01" сентября 2024г

## МЕНЮ

ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ  
(7-11 лет.)

День 7

### ЗАВТРАК

№ реч.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества ( мг )				Витамины ( мг )			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
219	1.	Сырники из творога с молоком стученным	130/20	68,04	23,14	19,22	36,73	413,57	301,50	39,30	336,17	0,81	79,07	0,04	0,31	0,71
376	2.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0,10
	3.	Фрукт свежий, сезонный	160	48,00	1,28	0	21,33	84,80	59,20	19,20	0	1,28	0	0,32	0	0,53
386	4.	Снежок	100	13,39	2,70	2,50	10,80	79,00	121,00	15,00	94,00	0,10	20,00	0,05	0,10	1,35
		<b>Всего</b>	<b>610</b>	<b>131,32</b>	<b>24,52</b>	<b>19,22</b>	<b>73,06</b>	<b>558,37</b>	<b>365,70</b>	<b>58,50</b>	<b>336,17</b>	<b>4,09</b>	<b>79,07</b>	<b>0,36</b>	<b>0,31</b>	<b>1,34</b>

### ОБЕД

№ реч.	№	Наименование блюда	Выход, г	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества ( мг )				Витамины ( мг )			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
45	1.	Салат из белокочанной капусты.	60	5,58	0,80	2,80	6,20	52,80	22,40	9,10	16,60	0,30	0	0	0	19,50
101	2.	Суп картофельный с рисовой крупой	200	7,88	2,00	2,70	20,90	116,30	23,10	25,00	62,60	0,90	0	0,10	0,00	8,25
260	3.	Гуляш из говядины	90/30	143,85	18,51	7,71	4,54	160,80	18,94	20,14	150,68	1,71	0	0,26	0	0,94
171	4.	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,71	6,30	9,90	46,70	300,9	136,7	1,40	22,20	1,20	1,20	0,10	0	0
348	5.	Компот из кураги	200	11,22	1,00	0	34,00	140,20	32,50	0,00	0	0,70	0	0,10	0	0,80
	6.	Хлеб ржаной	30	1,99	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,40	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
		<b>Всего</b>	<b>790</b>	<b>187,63</b>	<b>32,66</b>	<b>23,74</b>	<b>141,65</b>	<b>910,11</b>	<b>247,44</b>	<b>73,04</b>	<b>309,98</b>	<b>6,07</b>	<b>1,20</b>	<b>0,62</b>	<b>0,00</b>	<b>29,49</b>
		<b>ИТОГО:</b>		<b>318,95</b>	<b>57,18</b>	<b>42,96</b>	<b>214,71</b>	<b>1468,48</b>	<b>613,14</b>	<b>131,54</b>	<b>646,15</b>	<b>10,16</b>	<b>80,27</b>	<b>0,98</b>	<b>0,31</b>	<b>30,83</b>

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ № 1

*В.В. Демкина*

2024г

"Утверждаю"

Врио руководителя ООО "Общепит-Н"

*Е.С. Сидельникова*

"01" сентября 2024г

**МЕНЮ**

**ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ**

(7-11 лет)

День 8

№ рец.	№	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
173	1.	Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом сливочным	200/10	27,06	5,74	10,96	31,72	248,57	120,89	45,35	164,70	1,03	0,04	0,13	0,00	0,52
	2.	Хлеб пшеничный 1с.	70	5,60	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0,00	0,04	0,09	0,10
15	3.	Сыр (порциями)	15	14,96	3,48	4,43	0	53,75	132,00	5,25	75,00	0,15	39,00	0	0	0
376	4.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0,00	0
386	5.	Снежок	100	13,39	2,70	2,50	10,80	79,00	121,00	15,00	94,00	0,10	20,00	0,05	0,10	1,35
		<b>Всего</b>	<b>595</b>	<b>62,90</b>	<b>12,48</b>	<b>15,79</b>	<b>66,04</b>	<b>455,84</b>	<b>267,09</b>	<b>63,80</b>	<b>274,50</b>	<b>3,62</b>	<b>39,04</b>	<b>0,17</b>	<b>0,09</b>	<b>0,62</b>

  

№ рец.	№	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
71	1.	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	16,28	0,70	0,10	2,80	15,60	8,40	12,00	0	0,50	0	0	0	10,50
88	2.	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной.	200	9,76	1,60	4,90	11,50	96,80	75,20	14,70	34,20	1,03	1,00	5,50	0,60	9,50
268	3.	Биточки из говядины	90	50,07	12,10	15,90	18,20	263,50	39,40	28,90	149,70	0,90	25,90	0,10	0	0,10
143	4.	Рагу из овощей	155	20,04	2,10	12,10	15,50	178,60	23,90	27,80	61,80	0,98	31,00	0,07	0	8,67
1041	5.	Напиток апельсиновый	200	8,14	0,10	0	27,10	108,60	23,52	0,00	0,00	0,24	0	0,03	0,00	12,90
	6.	Хлеб ржаной	30	1,99	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,40	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
		<b>Всего</b>	<b>765</b>	<b>108,68</b>	<b>20,65</b>	<b>33,63</b>	<b>104,41</b>	<b>802,21</b>	<b>184,22</b>	<b>100,80</b>	<b>303,60</b>	<b>4,91</b>	<b>57,90</b>	<b>5,76</b>	<b>0,60</b>	<b>41,67</b>
		<b>Итого:</b>		<b>171,58</b>	<b>33,13</b>	<b>49,42</b>	<b>170,45</b>	<b>1258,05</b>	<b>451,31</b>	<b>164,60</b>	<b>578,10</b>	<b>8,52</b>	<b>96,94</b>	<b>5,93</b>	<b>0,69</b>	<b>42,29</b>



"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ № 1  
 / *Е.С. Сидельникова* /  
 "01" сентября 2024г

"Утверждено"

Брио руководителя ООО "Общепит-Н"  
 / *Е.С. Сидельникова* /  
 "01" сентября 2024г

**МЕНЮ**  
 ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ  
 (7-11 лет)

День 9

**ЗАВТРАК**

№ рец.	№	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества ( мг )				Витамины ( мг )			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
181	1.	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	200/10	26,22	4,65	10,05	31,10	233,0	192,20	23,50	156,10	0,30	36,70	0,10	0	1,10
376	2.	Хлеб пшеничный 1с.	40	3,20	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0	0,04	0,09	0,10
386	3.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0,00	0,00	2,00	0	0	0	0
	4.	Ряженка	100	14,42	3,00	1,00	4,20	40,00	124,00	14,00	92,00	0,10	0	0,03	0,10	0,30
		<b>Всего</b>	<b>550</b>	<b>45,73</b>	<b>10,91</b>	<b>11,45</b>	<b>69,62</b>	<b>426,52</b>	<b>330,40</b>	<b>50,70</b>	<b>282,90</b>	<b>2,84</b>	<b>36,70</b>	<b>0,17</b>	<b>0,19</b>	<b>1,50</b>

**ОБЕД**

№ рец.	№	Наименование блюд	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества ( мг )				Витамины ( мг )			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
71	1.	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	9,47	0,50	0	2,00	9,60	13,80	0	0	0,30	0	0	0	3,00
102	2.	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	7,03	5,10	5,40	23,90	163,80	45,80	35,50	0,00	4,60	0	0	0	11,20
234	3.	Котлеты рыбные с маслом сливочным	90/5	34,33	12,70	16,20	10,10	236,60	126,10	0	0	0,90	0	0,20	0	6,10
142/330	4.	Картофель и овощи, тушенные в соусе	125/25	19,03	3,00	7,90	29,80	202,80	29,80	0,00	0,00	1,60	0	0,40	0	35,90
349	5.	Компот из сухофруктов	200	7,02	0,60	0,09	32,01	132,80	32,48	17,46	23,44	0,70	0	0,02	0,26	0,73
	6.	Хлеб ржаной	30	1,99	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0,00
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,40	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0,00	0,03	0	0
		<b>Всего</b>	<b>765</b>	<b>81,27</b>	<b>23,58</b>	<b>29,92</b>	<b>112,63</b>	<b>814,57</b>	<b>254,88</b>	<b>60,46</b>	<b>55,24</b>	<b>9,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,65</b>	<b>0,26</b>	<b>56,93</b>
		<b>ИТОГО:</b>		<b>127,00</b>	<b>34,49</b>	<b>41,37</b>	<b>182,25</b>	<b>1241,09</b>	<b>585,28</b>	<b>111,16</b>	<b>338,14</b>	<b>11,87</b>	<b>36,70</b>	<b>0,82</b>	<b>0,45</b>	<b>58,43</b>

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

*Олеся Владимировна*

" 05 " 2024г

"Утверждаю"

Врио руководителя ООО "Общепит-Н"

*Е.С. Сидельникова*

"01" сентября 2024г

**МЕНЮ**  
**ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ**  
**( 7-11 лет )**

День 10

**ЗАВТРАК**

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
279	1.	Тефтели из говядины с соусом	90/30	49,16	6,75	11,05	10,03	165,85	32,53	16,00	79,58	0,70	28,73	0,04	0	0,70
171	2.	Каша гречневая рассыпчатая	150	17,65	6,30	9,90	46,70	300,90	136,70	1,40	22,20	1,20	1,20	0,10	0	0
376	3.	Хлеб пшеничный 1с.	40	3,20	3,16	0,40	19,32	93,52	9,20	13,20	34,80	0,44	0	0,04	0,09	0,10
386	4.	Чай с сахаром	200	1,89	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0,10
	5.	Снежок	100	13,39	2,70	2,50	10,80	79,00	121,00	15,00	94,00	0,10	20,00	0,05	0,10	1,35
		<b>Всего</b>	<b>610</b>	<b>85,29</b>	<b>16,31</b>	<b>21,35</b>	<b>91,05</b>	<b>620,27</b>	<b>183,43</b>	<b>30,60</b>	<b>136,58</b>	<b>4,34</b>	<b>29,93</b>	<b>0,18</b>	<b>0,09</b>	<b>0,90</b>

**ОБЕД**

№ рец.	№	Наименование блюда	Выход	Стоимость	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)			
									Ca	Mg	P	Fe	A	B1	PP	C
52	1.	Салат из свеклы отварной	60	5,78	1,00	3,60	6,60	62,40	21,10	12,50	24,60	0,80	0	0,00	0,10	5,70
96	2.	Рассольник ленинградский	200	11,18	2,10	5,10	20,50	136,30	89,30	13,50	33,40	1,00	1,10	3,80	0,30	2,10
291	3.	Плов из курицы	240	56,75	28,80	36,70	46,60	632,20	62,30	65,50	275,30	3,10	66,30	0,00	0,00	1,40
1041	4.	Напиток апельсиновый	200	8,14	0,10	0	27,10	108,60	23,52	0	0	0,24	0,00	0,03	0	12,90
	5.	Хлеб ржаной	30	1,99	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0,00	0,03	0	0
	6.	Хлеб пшеничный	30	2,40	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0,00	0,03	0	0
		<b>Всего</b>	<b>760</b>	<b>86,24</b>	<b>36,05</b>	<b>46,03</b>	<b>130,11</b>	<b>1078,61</b>	<b>210,02</b>	<b>108,90</b>	<b>391,20</b>	<b>6,4</b>	<b>67,40</b>	<b>3,89</b>	<b>0,40</b>	<b>22,1</b>
		<b>ИТОГО:</b>		<b>171,53</b>	<b>52,36</b>	<b>67,38</b>	<b>221,16</b>	<b>1698,88</b>	<b>393,45</b>	<b>139,50</b>	<b>527,78</b>	<b>10,74</b>	<b>97,33</b>	<b>4,07</b>	<b>0,49</b>	<b>23,00</b>

Завтрак

800,89

Средняя стоимость 1 дня

80,09

Обед

1250,00

Средняя стоимость 1 дня

125,00