



Утверждаю

Директор МОУ СОШ _____

М.П.

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся, получающих начальное образование

« » 2023г.

День/ неделя № рецеп	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб.
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Понедельник-2															
Завтрак (1 смена)															
309М	Макаронные изделия отварные	150	5,85	2,86	37,40	198,97	0,09	0,00	12,00	0,83	11,89	47,24	8,55	0,86	17,41
299К	Ежики мясные с соусом	90	11,98	12,58	9,20	197,91	0,05	2,20	0,00	1,64	14,59	139,08	21,16	1,88	61,84
377М	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	5,12	0,88	12,15
	Хлеб пшеничный	40	5,14	0,76	29,58	143,62	0,12	0,00	1,80	1,18	19,70	82,20	27,30	1,97	5,60
	Булочка	75	4,05	4,14	26,04	157,73	0,23	0,03	16,75	1,27	20,72	51,53	8,77	0,71	15,00
ИТОГО за завтрак			27,07	20,35	111,39	736,19	0,49	4,73	30,55	4,93	74,25	329,61	70,90	6,30	110,00

Обед (2 смена)

84М	Борщ с картофелем	200	3,13	3,30	13,08	95,74	0,09	11,20	0,00	1,53	33,48	77,94	27,34	1,38	23,85
321М	Рис отварной	150	3,91	2,39	14,99	99,68	0,09	82,66	12,00	0,35	90,30	67,95	34,64	1,37	13,05
248К	Виточки рыбные с соусом	90	9,64	0,72	4,91	3,01	1,53	2,65	89,65	40,03	0,08	0,05	8,28	0,06	18,60
349М	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,05	23,10	96,72	0,02	0,72	0,00	0,99	28,80	26,28	18,90	0,62	13,20
	Хлеб пшеничный	70	5,14	0,76	29,58	143,62	0,12	0,00	1,80	1,18	19,70	82,20	27,30	1,97	5,60
ИТОГО за обед			12,88	6,50	80,75	435,76	0,32	94,58	13,80	4,05	172,28	254,37	108,18	5,34	110,00
ИТОГО за Понедельник-2			39,95	26,85	192,14	1171,95	0,81	99,31	44,35	8,98	246,53	583,98	179,08	11,64	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар



ПРО"

олойникова К.В. _____

Утверждаю

Директор МОУ СОШ _____

М.П.

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся, получающих начальное образование

« » 2023г.

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб.
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Вторник-2															
Завтрак (1 смена)															
177М	Каша молочная рисовая или овсяная	250	5,84	4,38	21.01	295.25	0,16	0,43	19,10	0,17	104,64	150,43	40,08	1,22	34,80
15М	Сыр порционный	15	3,07	3,45	0,37	45,00	0,01	0,12	34,50	0,08	150,00	96,00	6,75	0,15	13,77
419К	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	4,01	2,95	12,01	84,93	0,02	0,80	9,00	0,00	114,67	81,00	12,60	0,12	20,92
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60
	Фрукты	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	36,91
ИТОГО за завтрак			16,48	11,48	63,01	566,18	0,27	6,35	62,60	1,17	397,51	378,23	84,63	4,59	110,00

Обед (2 смена)

119М	Суп с бобовыми	200	8,02	4,60	15,00	133,81	0,24	1,74	4,90	1,59	42,00	115,34	36,19	2,19	21,88
302М	Макаронные изделия отварные	150	3,81	3,08	40,01	202,95	0,04	0,00	14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55	11,77
294М	Котлеты из птицы с соусом	90	14,11	19,50	13,89	288,13	0,10	1,26	72,10	2,40	16,97	128,06	21,48	1,64	53,73
350М	Кисель	200	0,19	0,04	22,30	87,74	0,01	36,00	0,00	0,13	9,68	5,94	5,58	0,28	17,02
	Хлеб пшеничный	70	5,14	0,76	29,58	143,62	0,12	0,00	1,80	1,18	19,70	82,20	27,30	1,97	5,60
ИТОГО за обед			31,27	27,98	120,78	856,25	0,51	39,00	92,80	5,55	94,06	413,70	117,58	6,63	110,00
ИТОГО за Вторник-2			47,75	39,46	183,79	1422,43	0,78	45,35	155,40	6,72	491,57	791,93	202,21	11,22	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар



Утверждено

Директор филиала К.В. _____

Утверждено

Директору сош

М.П.

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся, получающих начальное образование

« » 2023г.

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб.
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Среда-2															
Завтрак (1 смена)															
171М	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,56	38,34	246,01	0,29	0,00	24,00	0,60	15,93	201,68	134,07	4,51	16,64
288М	Котлета из кур. с соусом	90	13,64	12,93	6,76	198,28	0,08	1,34	46,90	1,26	12,60	119,42	17,35	1,35	53,73
377М	Чай с шиповником	200	0,10	0,04	2,85	12,20	0,00	19,83	19,98	0,11	13,20	2,52	0,52	0,09	11,03
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60
	Сок	200	0,90	0,18	18,18	82,80	0,02	36,00	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	25,00
ИТОГО за завтрак			26,29	20,11	85,45	633,29	0,45	57,17	90,88	2,67	63,53	371,02	172,34	9,27	110,00

Обед (2 смена)															
102М	Суп картофельный с клецками	200	2,99	6,70	22,60	134,00	0,08	6,60	4,90	0,08	60,72	99,78	21,20	0,81	21,08
210М	Цинов из птицы	200	13,74	16,74	18,25	278,93	0,19	20,16	249,60	0,70	91,05	249,05	37,00	3,10	67,37
348М	Компот из кураги	200	0,06	0,06	15,34	62,44	0,00	1,40	0,00	0,03	2,24	1,54	1,26	0,35	15,95
	Хлеб пшеничный	70	5,14	0,76	29,58	143,62	0,12	0,00	1,80	1,18	19,70	82,20	27,30	1,97	5,60
ИТОГО за обед			21,93	24,26	85,77	618,99	0,39	28,16	256,30	1,99	173,71	432,57	86,76	6,23	110,00
ИТОГО за Среда-2			48,22	44,37	171,22	1252,28	0,84	85,33	347,18	4,66	237,24	803,59	259,10	15,50	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар



Инициалы К.В.

Утверждаю

Директор школы

М.П.

МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся, получающих начальное образование

« » 2023г.

День недели № рецеп	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб	
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe		
НЕДЕЛЯ 2																
Четверг-2																
Завтрак (1 смена)																
233М	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,84	4,39	21,01	147,77	0,06	0,75	180,00	0,66	155,97	130,68	2,08	0,07	26,68	
15М	Сыр порционный	15	3,07	3,45	0,37	45,00	0,01	0,12	34,50	0,08	150,00	96,00	6,75	0,15	13,77	
	Фрукты	150	0,40	0,30	10,30	47,00	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30	46,52	
377М	Какао с молоком	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	5,12	0,88	19,43	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,60	
ИТОГО за завтрак				12,52	8,55	60,17	371,73	0,15	8,37	214,50	1,67	341,52	287,04	39,15	4,20	110,00
Обед (2 смена)																
87М	Щи из свежей капусты	200	1,57	3,12	5,82	58,47	0,05	28,00	0,00	1,47	37,10	31,75	15,10	0,57	20,98	
260М	Жаркое по-домашнему с курицей	300	13,88	14,90	3,47	203,76	0,07	4,05	0,00	1,94	10,94	145,25	20,70	2,17	75,22	
342М	Компот из сухофруктов	200	0,43	0,07	22,22	91,95	0,01	5,40	0,00	0,11	13,32	10,80	9,36	0,23	8,20	
	Хлеб пшеничный	70	5,14	0,76	29,58	143,62	0,12	0,00	1,80	1,18	19,70	82,20	27,30	1,97	5,60	
ИТОГО за завтрак				21,02	18,85	61,09	497,80	0,25	37,45	1,80	4,70	81,06	270,00	72,46	4,94	110,00
ИТОГО за Четверг-2				33,54	27,40	121,26	869,53	0,40	45,82	216,30	6,37	422,58	557,04	111,61	9,14	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар



Утверждаю
Директор МКОУ СОШ № 1
М.П. _____

Утверждаю
Директор МОУ СОШ
М.П. _____

МЕНЮ
по бесплатному горячему питанию обучающихся, получающих начальное образование
« » 2023г.

День/ неделя	№ рецеп	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб.	
				Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe		
НЕДЕЛЯ 2																	
Питание-2																	
Завтрак (1 смена)																	
	321М	Рис отварной	150	3,91	2,39	14,99	99,68	0,09	82,66	12,00	0,35	90,30	67,95	34,64	1,37	8,40	
	331М	Рыба тушеная с овощами	90	10,40	8,28	10,85	159,92	0,16	2,61	21,20	2,64	39,30	116,17	21,00	0,67	68,51	
		Компот из сухофруктов	200	0,48	0,07	24,80	102,61	0,01	6,00	0,00	0,12	14,80	12,00	10,40	0,26	9,97	
		Хлеб пшеничный	40	5,14	0,76	29,58	143,62	0,12	0,00	1,80	1,18	19,70	82,20	27,30	1,97	3,12	
		Сок	200	0,90	0,18	18,18	82,80	0,02	36,00	0,00	0,18	12,60	12,60	7,20	2,52	20,00	
ИТОГО за завтрак					20,83	11,68	98,40	588,63	0,40	127,27	35,00	4,47	176,70	290,92	100,54	6,79	110,00
Обед (2 смена)																	
	96М	Рассольник Ленинградский	200	3,03	4,43	13,79	107,63	0,09	13,44	4,90	1,47	16,68	61,93	22,35	0,87	26,51	
	171М	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,56	38,34	246,01	0,29	0,00	24,00	0,60	15,93	201,68	134,07	4,51	15,43	
	299К	Буженина мясная с соусом	90	11,98	12,58	9,20	197,91	0,05	2,20	0,00	1,64	14,59	139,08	21,16	1,88	54,26	
	349М	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,05	23,10	96,72	0,02	0,72	0,00	0,99	28,80	26,28	18,90	0,62	8,20	
		Хлеб пшеничный	70	5,14	0,76	29,58	143,62	0,12	0,00	1,80	1,18	19,70	82,20	27,30	1,97	5,60	
ИТОГО за обед					29,34	24,38	114,01	791,89	0,57	16,36	30,70	5,88	95,70	511,17	223,78	9,85	110,00
ИТОГО за Питание-2					50,17	36,06	212,41	1380,52	0,97	143,63	65,70	10,35	272,40	802,09	324,32	16,64	

Количество детей на завтрак	
Количество детей в обед	
Всего детей	

Ответственный за питание

Шеф повар