**М Е Н Ю (Понедельник: 1 неделя)**

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 7-11лет (ОВЗ)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
|  |  |  |  |  |  |  |
| №173 сб. 2017г. | Каша вязкая молочная из овсяной крупы "Геркулес" | 220/5 | 8,71 | 13,74 | 39,42 | 317,43 |
| №379 сб. 2017г. | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,95 | 100,6 |
| №15 сб. 2017г. | Сыр Российский (порциями) | 15 | 6,96 | 8,85 |  | 108 |
| №14 сб. 2017г | Масло (порциями) сливочное 72,5% м.д.ж. | 5 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66 |
| №173 сб. 2017г | Хлеб пшеничный | 60 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
|  | **ИТОГО:** | **505** | **21,2** | **32,76** | **70,26** | **488,53** |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |
| №70 сб. 2017г. | Овощи натуральные свежие или соленые\*\* (помидоры) | 60 | 0,67 | 0,06 | 2,1 | 12 |
| №101 сб. 2017г. | Суп картофельный с крупой (рисовой) | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,11 | 85,75 |
| №268 сб. 2017г. | Котлеты, биточки, шницели (из говядины) | 90 | 13,5 | 19,8 | 11,7 | 281,45 |
| №203 сб. 2017г. | Макаронные изделия отварные с маслом | 150/5 | 5,64 | 5,98 | 31,47 | 202,24 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №349 сб. 2017г. | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 |
|  | **ИТОГО:** | **805** | **25,94** | **29,16** | **109,25** | **813,44** |
|  | **ВСЕГО:** |  | **47,14** | **61,92** | **179,51** | **1475,97** |
|  |  |  |  |  |  |  |

Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Вторник: 1 неделя)**

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 7-11лет (ОВЗ)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №291 сб. 2017г. | Плов из птицы | 240/90 | 21,62 | 10,74 | 43,74 | 358,4 |
| №376 сб. 2017г. | Чай\* с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| №338 сб. 2017г. | Плоды свежие (яблоко, 1 шт.) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 |
|  | **ИТОГО:** | **590** | **24,45** | **11,48** | **85,26** | **545,3** |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |
| №75 сб. 2017г. | Икра свекольная | 60 | 1,42 | 0,06 | 13,72 | 111,18 |
| №82 сб. 2017г. | Борщ с капустой и картофелем (со сметаной) | 250/10 | 1,8 | 4,92 | 10,93 | 103,75 |
| № 229 сб. 2017 г. | Рыба, тушенная в томате с овощами | 180/90 | 17,55 | 8,91 | 6,84 | 189 |
| № 128 сб. 2017 г. | Картофельное пюре | 150/5 | 3,2 | 9,46 | 18,59 | 178,62 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №491 сб. 2021г. | Компот из ягод замороженных | 200 | 0,2 | 0,1 | 10,7 | 44 |
|  | **ИТОГО:** | **905** | **27,88** | **24,58** | **81,83** | **737,27** |
|  | **ВСЕГО:** | | **52,33** | **36,06** | **167,09** | **1282,57** |

Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Среда: 1 неделя)**

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 7-11лет (ОВЗ)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| № 157 сб. 2021 г. | Овощи консервированные отварные (горошек зеленый) | 60 | 1,71 | 2,17 | 3,03 | 38,29 |
| № 295 сб. 2017 г. | Котлеты рубленные из бройлер-цыплят | 90 | 12,52 | 24,06 | 12,65 | 317,46 |
| № 302 сб. 2017 г. | Каша рассыпчатая (из гречневой крупы) | 150/5 | 8,88 | 6,3 | 39,93 | 251,88 |
| № 377 сб. 2017 г. | Чай с лимоном\* | 200/7 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 |
| № 573 сб. 2021 г. | Хлеб пшеничный формовой | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,2 |
|  | **ИТОГО:** | **542** | **25,52** | **32,79** | **85,57** | **739,83** |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |
| №75 сб. 2017г. | Икра морковная | 60 | 1,21 | 0,06 | 12,33 | 54,72 |
| №102 сб. 2017г. | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,11 | 85,75 |
| № 315 сб. 2015 г. | Голубцы ленивые (с соусом сметанным) | 120/15 | 10,61 | 6,81 | 15,04 | 164 |
| № 125 сб. 2017 г. | Картофель отварной | 150/5 | 2,98 | 5,85 | 20,65 | 155 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №389 сб. 2017г. | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 |
|  | **ИТОГО:** | **850** | **21,27** | **15,95** | **100,19** | **643,47** |
|  | **ВСЕГО:** | | **46,95** | **51,53** | **187,8** | **1423,45** |

Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Четверг: 1 неделя)**

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 7-11лет (ОВЗ)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №224 сб. 2017г. | Запеканка из творога с морковью (с молоком сгущенным) | 200/20 | 22,91 | 21,72 | 71,97 | 575,14 |
| №382 сб. 2017г. | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,6 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| **№15 сб. 2017г.** | Сыр Российский (порциями) | 15 | 6,96 | 8,85 | 0 | 108 |
|  | **ИТОГО:** | **590** | **39,36** | **37,31** | **114,13** | **950,67** |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |
| №70 сб. 2017г. | Овощи натуральные свежие или соленые\*\* (помидоры) | 60 | 0,67 | 0,06 | 2,1 | 12 |
| №88 сб. 2017г | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1,77 | 4,95 | 7,9 | 89,75 |
| № 290/331 сб. 2017 г. | Бройлер-цыпленок, тушенный в соусе сметано томатном | 90/50 | 17,65 | 20,37 | 3,5 | 268,15 |
| № 203 сб. 2017 г. | Макаронные изделия отварные с маслом | 150/5 | 5,64 | 5,98 | 31,47 | 202,24 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №342 сб. 2017г. | Компот из свежих плодов | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 |
|  | **ИТОГО:** | **855** | **29,39** | **32,04** | **92,71** | **785,94** |
|  | **ВСЕГО:** | | **68,75** | **69,35** | **206,84** | **1736,61** |

Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Пятница: 1 неделя)**

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 7-11лет (ОВЗ)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №211 сб. 2017г. | Омлет с сыром | 120 | 14,34 | 23,54 | 2,04 | 278 |
|  | Икра кабачковая (промышленного производства) | 60 | 0,72 | 2,82 | 4,62 | 46,8 |
| №377 сб. 2017г. | Чай с лимоном\* | 200/7 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| **№ 338 сб. 2017 г.** | Плоды свежие (яблоко, 1 шт) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 |
|  | **ИТОГО:** | **530** | **17,95** | **27,1** | **48,38** | **513,7** |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |
| №70 сб. 2017г. | Овощи натуральные свежие или соленые\*\* (огурцы) | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 6 |
| №103 сб. 2017г. | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 2,69 | 2,84 | 17,46 | 118,25 |
| №278 сб. 2017г. | Тефтели 1-й вариант | 90/30 | 9,12 | 10,1 | 12,06 | 176,23 |
| №305 сб. 2017г. | Рис припущенный | 150/5 | 3,76 | 4,44 | 37,89 | 206,62 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №350 сб. 2017г. | Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных) | 200 | 0,1 | 0,1 | 23,79 | 115 |
|  | **ИТОГО:** | **835** | **19,65** | **18,06** | **112,08** | **721,3** |
|  | **ВСЕГО:** | | **37,60** | **45,16** | **160,46** | **1235** |

Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Суббота: 1 неделя)**

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г | |  |  |  | | |  |
|  | **Завтрак** | **с 7-11лет (ОВЗ)** | | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №268 сб. 2017г. | Котлеты, биточки, шницели (из говядины) | 90 | | 13,5 | 19,8 | 11,7 | | | 281,45 |
| №302 сб. 2017г. | Каша рассыпчатая (из пшеничной крупы) | 160/5 | | 6,53 | 4,65 | 40,15 | | | 228,63 |
| №376 сб. 2017г. | Чай\* с сахаром | 200 | | 0,07 | 0,02 | 15 | | | 60 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | | 2,28 | 0,24 | 14,76 | | | 70,5 |
|  | Вафли (1 шт. в индивидуальной упаковке) | 18 | | 0,9 | 4,97 | 11,61 | | | 94,86 |
|  | **ИТОГО:** | **503** | **23,28** | | **29,68** | | **93,22** | **735,44** | |
|  | **Обед** |  |  | |  | |  |  | |
| №75 сб. 2017 г. | Икра свекольная | 60 | | 1,42 | 0,06 | 13,72 | | | 111,18 |
| №84 сб. 2017г. | Борщ с фасолью и картофелем | 250 | | 3,56 | 5,12 | 14,17 | | | 127,75 |
| №297 сб. 2017г. | Фрикадельки из бройлеров-цыплят | 90 | | 11,51 | 16,14 | 6,52 | | | 218,8 |
| №143 сб. 2017г. | Рагу из овощей | 150 | | 2,53 | 15,7 | 12,29 | | | 202,86 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | | 1,52 | 0,16 | 9,84 | | | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | | 1,98 | 0,36 | 10,02 | | | 52,2 |
| №349 сб. 2017г. | Компот из смеси сухофруктов | 200 | | 0,66 | 0,09 | 32,01 | | | 132,8 |
|  | **ИТОГО:** | **800** | | **23,18** | **37,63** | **98,57** | | | **892,59** |
|  | **ВСЕГО:** |  | | **46,46** | **67,31** | **191,79** | | | **1628,03** |

Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Понедельник: 2 неделя)**

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Приём пищи, наименование блюд** | | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | | **с 7-11лет (ОВЗ)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №182 сб. 2017г. | Каша жидкая молочная (из рисовой крупы) | | 200/10/10 | 6 | 3,6 | 52,8 | 268 |
| №377 сб. 2017г. | Чай с лимоном\* | | 200/7 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 |
| №15 сб. 2017г. | | Сыр Российский (порциями) | 15 | 6,96 | 8,85 |  | 108 |
| №14 сб. 2017г | | Масло (порциями) сливочное 72,5% м.д.ж. | 5 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66 |
| №173 сб. 2017г | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
|  | Печенье (1 шт. в индивидуальной упаковке) | | 30 | 2,25 | 4,8 | 20,7 | 135 |
|  | **ИТОГО:** | | **500** | **10,66** | **8,66** | **103,46** | **535,5** |
|  | **Обед** | |  |  |  |  |  |
| №70 сб. 2017г. | Овощи натуральные свежие или соленые\* (помидоры) | | 60 | 0,67 | 0,06 | 2,1 | 12 |
| №99 сб. 2017г. | Суп из овощей (со сметаной) | | 250/10 | 1,59 | 4,99 | 9,15 | 95,25 |
| №268 сб. 2017г. | Котлеты, биточки, шницели (из говядины) | | 90 | 13,5 | 19,8 | 11,7 | 281,45 |
| №302 сб. 2017г. | Каша рассыпчатая (из пшеничной крупы) | | 150/5 | 6,53 | 4,65 | 40,15 | 228,63 |
|  | Хлеб пшеничный | | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №389 сб. 2017г. | Соки овощные, фруктовые и ягодные | | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 |
|  | **ИТОГО:** | | **815** | **26,79** | **30,02** | **103,16** | **801,33** |
|  | **ВСЕГО:** | |  | **37,45** | **38,48** | **206,62** | **1336,83** |

Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Вторник: 2 неделя)**

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 7-11лет (ОВЗ)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №223 сб. 2017г. | Запеканка из творога (с молоком сгущенным) | 180/20 | 17,17 | 12,23 | 28,69 | 353,6 |
| №382 сб. 2017г. | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,6 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| № 338 сб. 2017г. | Плоды свежие (яблоко, 1 шт) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 |
|  | **ИТОГО:** | **550** | **24,01** | **16,49** | **72,79** | **599,1** |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |
| №75 сб. 2017г. | Икра свекольная | 60 | 1,42 | 0,06 | 13,72 | 111,18 |
| №96 сб. 2017г. | Рассольник Ленинградский | 250 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 |
| №295 сб. 2017г. | Котлеты рубленные из бройлер-цыплят | 90 | 13,67 | 26,2 | 13,1 | 348,8 |
| №203 сб. 2017 г. | Макаронные изделия отварные с маслом | 150/5 | 5,64 | 5,98 | 31,47 | 202,24 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №342 сб. 2017г. | Компот из свежих плодов | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 |
|  | **ИТОГО:** | **805** | **26,41** | **38,01** | **118,01** | **983,27** |
|  | **ВСЕГО:** |  | **50,42** | **54,50** | **190,80** | **1582,37** |

Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Среда: 2 неделя)**

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 7-11лет (ОВЗ)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №297 сб. 2017г. | Фрикадельки из бройлеров-цыплят | 90 | 11,51 | 16,14 | 6,52 | 218,8 |
| №302 сб. 2017г. | Каша рассыпчатая (из гречневой крупы) | 180/5 | 10,6 | 7,51 | 47,66 | 300,63 |
| №376 сб. 2017г. | Чай\* с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
|  | **ИТОГО:** | **505** | **24,46** | **23,91** | **83,94** | **649,93** |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |
| №75 сб. 2017г. | Икра морковная | 60 | 1,21 | 0,06 | 12,33 | 54,72 |
| №101 сб. 2017г. | Суп картофельный с крупой (рисовой) | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,11 | 85,75 |
| №234/330 сб. 2017г. | Котлеты или биточки рыбные (с соусом сметанным) | 90/20 | 8,97 | 7,4 | 12,41 | 152,63 |
| №128 сб. 2017г. | Картофельное пюре | 150/5 | 3,2 | 9,46 | 18,59 | 178,62 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №349 сб. 2017г. | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 |
|  | **ИТОГО:** | **825** | **19,51** | **20,24** | **107,31** | **703,72** |
|  | **ВСЕГО:** |  | **43,97** | **44,15** | **191,25** | **1353,65** |

Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Четверг: 2 неделя)**

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 7-11лет (ОВЗ)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №210 сб. 2017г. | Омлет натуральный | 150 | 13,48 | 24 | 2,55 | 280 |
| №131 сб. 2017 г. | Горох овощной отварной (консервированный) | 30/1,5 | 0,93 | 1,32 | 1,95 | 23,4 |
| №379 сб. 2017г. | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,95 | 100,6 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
|  | Биойогурт (1 шт. в индивидуальной упаковке) | 125 | 3,75 | 3,13 | 13,75 | 92,88 |
|  | **ИТОГО:** | **536,5** | **23,61** | **31,37** | **48,96** | **567,38** |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |
| №70 сб. 2017г. | Овощи натуральные свежие или соленые\*\* (огурцы) | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 6 |
| №82 сб. 2017г. | Борщ с капустой и картофелем (со сметаной) | 250/10 | 1,8 | 4,92 | 10,93 | 103,75 |
| №291 сб. 2017г. | Плов из птицы | 240/90 | 21,62 | 10,74 | 43,74 | 358,4 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №350 сб. 2017г. | Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных) | 200 | 0,1 | 0,1 | 23,79 | 115 |
|  | **ИТОГО:** | **810** | **27,50** | **16,34** | **99,34** | **682,35** |
|  | **ВСЕГО:** | | **51,11** | **47,71** | **148,30** | **1249,73** |

Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Пятница: 2 неделя)**

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 7-11лет (ОВЗ)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №239 сб. 2017г. | Котлеты «Школьные» | 90 | 13,77 | 9,9 | 11,97 | 191,7 |
| № 302 сб. 2017г. | Каша рассыпчатая (из ячневой крупы) | 150/5 | 8,88 | 6,3 | 39,93 | 251,88 |
| №377 сб. 2017г. | Чай с лимоном\* | 200/7 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | 62 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| № 338 сб 2017г. | Плоды свежие (яблоко, 1 шт) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,4 |
|  | **ИТОГО:** | **595** | **25,54** | **16,94** | **93,62** | **632,48** |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |
|  | Икра кабачковая (промышленного производства) | 60 | 0,72 | 2,82 | 4,62 | 46,8 |
| №103 сб. 2017г. | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 2,69 | 2,84 | 17,46 | 118,25 |
| №289 сб. 2017г. | Рагу из птицы | 240/90 | 17,57 | 14,6 | 20,85 | 285,26 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| №388 сб. 2017г. | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 20,76 | 88,2 |
|  | **ИТОГО:** | **800** | **25,16** | **21,06** | **83,55** | **637,71** |
|  | **ВСЕГО:** |  | **50,7** | **38** | **177,17** | **1270,19** |
|  |

Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**М Е Н Ю (Суббота: 2 неделя)**

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Приём пищи, наименование блюд** | Выход, г |  |  |  |  |
|  | **Завтрак** | **с 7-11лет (ОВЗ)** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** | **Энергетическая ценность (ккал)** |
| №173 сб. 2017г. | Каша вязкая молочная из (пшеничной крупы) | 200/5 | 8,64 | 11,06 | 44,32 | 312 |
| №389 сб. 2017г. | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 |
| №15 сб. 2017г. | Сыр Российский (порциями) | 15 | 6,96 | 8,85 |  | 108 |
| №14 сб. 2017г | Масло (порциями) сливочное 72,5% м.д.ж. | 5 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66 |
| №173 сб. 2017г | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
|  | Биойогурт (1 шт. в индивидуальной упаковке) | 125 | 3,75 | 3,13 | 13,75 | 92,88 |
|  | **ИТОГО:** | **580** | **22,71** | **30,53** | **93,16** | **734,18** |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |
| №70 сб. 2017 г. | Овощи натуральные свежие или соленые\*\* (помидоры) | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 6 |
| №113 сб. 2017г. | Суп-лапша домашняя | 250 | 2,57 | 5,54 | 11,62 | 115,75 |
| №227 сб. 2017г | Рыба припущенная | 90/5 | 17,4 | 9 | 9 | 208 |
| №125 сб.2017г. | Картофель отварной | 150/5 | 2,98 | 5,85 | 20,65 | 155 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47 |
|  | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,2 |
| **№342 сб. 2017г.** | Компот из свежих плодов | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 |
|  | **ИТОГО:** | **810** | **27,09** | **21,13** | **90,03** | **698,55** |
|  | **ВСЕГО:** | | **49,8** | **51,66** | **183,19** | **1432,73** |

Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_