

"Согласовано"  
 Директор школы МОУ СОШ № 1  
 И. А. Кудряков  
 2025г

"Утверждаю"  
 Директор ООО "Общепит-Н"  
 Е.С. Сидельникова  
 "01" февраля 2025г

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

День 1

№ 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	200/5	23,67	4,25	9,20	38,15	253,18	124,66	34,68	146,04	0,78	51,06	0,10	0,54	0,90
	2.	Батон в/с	40	5,82	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	21,76	4,64	5,90	0	71,66	176,00	7,00	100,00	0,20	52,00	0	0	0
	4.	Печенье	35	9,10	7,10	8,10	30,15	208,35	10,35	4,50	29,25	1,89	0	0,16	0,77	0
382	5.	Какао с молоком	200	17,12	2,94	3,42	17,58	118,60	152,20	21,34	124,56	0,48	24,40	0,06	0,2	1,59
		<b>Всего</b>	<b>500</b>	<b>77,47</b>	<b>22,93</b>	<b>27,32</b>	<b>106,88</b>	<b>757,79</b>	<b>474,71</b>	<b>84,02</b>	<b>443,35</b>	<b>4,35</b>	<b>127,46</b>	<b>0,42</b>	<b>2,28</b>	<b>2,49</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
52	1.	Салат из свеклы отварной	60	5,9	1,00	3,60	6,60	62,40	21,10	12,50	24,60	0,80	0	0,00	0,10	5,70
104	2.	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	200/28	32,93	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	59,13	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	6,22	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	2,40	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	2,88	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>109,46</b>	<b>33,13</b>	<b>34,55</b>	<b>113,21</b>	<b>897,86</b>	<b>178,02</b>	<b>124,75</b>	<b>312,61</b>	<b>6,61</b>	<b>0,73</b>	<b>9,00</b>	<b>7,342</b>	<b>40,14</b>
		<b>ИТОГО:</b>		<b>186,93</b>	<b>56,06</b>	<b>61,87</b>	<b>220,09</b>	<b>1655,65</b>	<b>652,73</b>	<b>208,77</b>	<b>755,96</b>	<b>10,96</b>	<b>128,19</b>	<b>9,42</b>	<b>9,62</b>	<b>42,63</b>

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

*С.В. Писарев*

2025г

"Утверждено"

Директор ООО "Общедит-Н"

*Е.С. Сидельникова*

"01" февраля 2025г

**МЕНЮ**

для школьных столовых

(7-11 лет)

День 2

**ЗАВТРАК**

№ 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
52	1.	Салат из свеклы отварной	60	5,9	1,00	3,60	6,60	62,40	21,10	12,50	24,60	0,80	0	0,00	0,10	5,70
291	2.	Плов из курицы	240	56,31	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.	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0,00	0
	4.	Чай с сахаром	200	1,90	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0,00	0
		<b>Всего</b>	<b>530</b>	<b>66,99</b>	<b>32,27</b>	<b>40,60</b>	<b>82,69</b>	<b>824,74</b>	<b>95,30</b>	<b>87,90</b>	<b>326,00</b>	<b>6,23</b>	<b>66,30</b>	<b>0,03</b>	<b>0,10</b>	<b>7,10</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
45	1.	Салат из белокочанной капусты.	60	5,68	0,80	2,80	6,20	52,80	22,40	9,10	16,60	0,30	0	0	0	19,50
82	2.	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной.	200	10,90	1,80	4,90	15,20	112,30	85,90	10,60	21,80	0,90	1,00	5,00	0,30	12,90
234	3.	Котлеты рыбные с маслом сливочным	90/5	37,16	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	19,87	3,00	7,90	29,80	202,80	29,80	0,00	0,00	1,60	0	0,40	0	35,90
	5.	Напиток "Витошка"	200	14,00	0,20	0,00	3,90	16,00	0,24	0,20	0,50	7,00	0	0,10	0,00	6,00
	6.	Хлеб ржаной	30	2,40	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	2,88	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>92,89</b>	<b>22,55</b>	<b>32,43</b>	<b>94,51</b>	<b>759,61</b>	<b>278,24</b>	<b>37,30</b>	<b>96,80</b>	<b>11,96</b>	<b>1,00</b>	<b>5,76</b>	<b>0,30</b>	<b>80,40</b>
		<b>ИТОГО:</b>		<b>159,88</b>	<b>54,82</b>	<b>73,03</b>	<b>177,20</b>	<b>1584,35</b>	<b>373,54</b>	<b>125,20</b>	<b>422,80</b>	<b>18,19</b>	<b>67,30</b>	<b>5,79</b>	<b>0,40</b>	<b>87,50</b>

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

*С.А. Сидельникова* / *С.А. Сидельникова* 2025г

2025г

"Утверждаю"  
 Директор ООО "Общепит-Н"  
 / Е.С. Сидельникова /  
 "01" февраля 2025г

**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.	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	200/5	22,88	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.	55	5,18	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	1,90	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
		<b>Всего</b>	<b>500</b>	<b>44,96</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	5,9	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	10,61	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	50,52	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	18,07	3,00	5,40	15,90	124,50	69,90	23,00	46,70	0,90	0,30	14,40	1,00	60,50
349	5.	Компот из сухофруктов	200	6,22	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	2,40	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	2,88	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>96,60</b>	<b>25,95</b>	<b>31,92</b>	<b>131,02</b>	<b>915,81</b>	<b>262,68</b>	<b>106,76</b>	<b>317,04</b>	<b>5,36</b>	<b>27,40</b>	<b>16,98</b>	<b>1,56</b>	<b>68,93</b>
		<b>ИТОГО:</b>		<b>141,56</b>	<b>45,26</b>	<b>48,17</b>	<b>235,00</b>	<b>1552,31</b>	<b>509,48</b>	<b>174,66</b>	<b>654,34</b>	<b>9,98</b>	<b>164,10</b>	<b>17,23</b>	<b>1,94</b>	<b>70,33</b>

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

1

г. Сидельниково

2025г

01

февраля

2025г

Е.С. Сидельникова

Директор

ООО "Общитиг-Н"

"Утверждаю"

01

февраля

2025г

Е.С. Сидельникова

Директор

ООО "Общитиг-Н"

"Утверждаю"

01

февраля

2025г

**МЕНЮ**

Для школьных столовых

(7-11 лет)

День 4

**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	200/5	23,67	4,25	9,20	38,15	253,18	124,66	34,68	146,04	0,78	51,06	0,10	0,54	0,90
	2.	Хлеб пшеничный 1с.	75	6,72	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	21,76	4,64	5,90	0	71,66	176,00	7,00	100,00	0,20	52,00	0	0	0
376	5.	Чай с сахаром	200	1,90	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
		<b>Всего</b>	<b>500</b>	<b>54,05</b>	<b>18,47</b>	<b>16,70</b>	<b>110,75</b>	<b>665,34</b>	<b>333,26</b>	<b>81,28</b>	<b>350,44</b>	<b>4,30</b>	<b>103,06</b>	<b>0,22</b>	<b>0,84</b>	<b>1,20</b>

**ОБЕД**

№	№	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	5,68	0,80	2,80	6,20	52,80	22,40	9,10	16,60	0,30	0	0	0	0	19,50
88	2.	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной.	200	10,26	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	65,50	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	12,55	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	2,40	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	2,88	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>772</b>	<b>107,41</b>	<b>34,83</b>	<b>34,19</b>	<b>122,76</b>	<b>953,57</b>	<b>239,02</b>	<b>56,29</b>	<b>332,08</b>	<b>19,30</b>	<b>7,48</b>	<b>5,82</b>	<b>6,75</b>	<b>54,70</b>	
		<b>Итого:</b>		<b>161,46</b>	<b>53,30</b>	<b>50,89</b>	<b>233,51</b>	<b>1618,91</b>	<b>572,28</b>	<b>137,57</b>	<b>682,52</b>	<b>23,60</b>	<b>110,54</b>	<b>6,04</b>	<b>7,59</b>	<b>55,90</b>	

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

2025г



"Утверждено"

Директор ООО "Общепит-Н"

/Е.С. Сидельникова /

"01" февраля 2025г



**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	46,32	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	12,03	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.	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0
	4.	Кофейный напиток с молоком	200	17,95	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>500</b>	<b>79,18</b>	<b>17,94</b>	<b>16,05</b>	<b>76,04</b>	<b>519,99</b>	<b>165,31</b>	<b>54,50</b>	<b>192,61</b>	<b>21,13</b>	<b>0,08</b>	<b>4,88</b>	<b>2,83</b>	<b>1,71</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	5,68	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	7,16	5,10	5,40	23,90	163,80	45,80	35,50	0,00	4,60	0	0	0	11,20
291	3.	Плов из курицы	240	56,31	28,80	36,70	46,60	632,20	62,30	65,50	275,30	3,10	66,30	0,00	0,00	1,40
	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	2,40	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	2,88	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>88,43</b>	<b>38,95</b>	<b>45,53</b>	<b>109,91</b>	<b>1003,91</b>	<b>144,54</b>	<b>127,70</b>	<b>350,30</b>	<b>16,26</b>	<b>66</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>38,10</b>
		<b>Итого:</b>		<b>167,61</b>	<b>56,89</b>	<b>61,58</b>	<b>185,95</b>	<b>1523,90</b>	<b>309,85</b>	<b>182,20</b>	<b>542,91</b>	<b>37,39</b>	<b>66,38</b>	<b>5,04</b>	<b>2,83</b>	<b>39,81</b>

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

*И. В. Жданова*

2025г

"Утверждаю"  
Директор ООО "Общепит-Н"  
/ Е.С. Сидельникова /  
"01" февраля 2025г

**МЕНЮ**

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

День 6

**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	
210	1.	Омлет натуральный	200	79,42	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.	70	6,72	9,48	1,60	57,60	280,50	27,60	39,60	104,40	1,32	0	0,12	0,30	0,30	0
	3.	Печенье	30	7,80	7,10	8,10	30,15	208,35	10,35	4,50	29,25	1,89	0	0,16	0,77	0	0
376	4.	Чай с сахаром	200	1,90	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0,00	0,00	2,00	0	0	0	0	0
		<b>Всего</b>	<b>500</b>	<b>95,84</b>	<b>30,38</b>	<b>37,30</b>	<b>117,25</b>	<b>910,95</b>	<b>156,85</b>	<b>63,60</b>	<b>393,45</b>	<b>8,21</b>	<b>339,80</b>	<b>0,48</b>	<b>1,07</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</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	
52	1.	Салат из свеклы отварной	60	5,9	1,00	3,60	6,60	62,40	21,10	12,50	24,60	0,80	0	0,00	0,10	5,70	0
103	2.	Суп картофельный с макаронными изделиями ( вермишель )	200	8,08	2,15	2,27	13,96	94,60	23,36	21,82	54,06	0,90	0	0,09	0,95	6,60	0
229	3.	Рыба (морская), тушеная в томате с овощами	120	34,11	10,92	5,76	5,76	118,8	42,59	40,97	155,53	0,79	1,82	6,24	0,96	2,88	0
304	4.	Рис отварной	150	16,50	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	6,22	0,60	0,09	32,01	132,80	32,48	17,46	23,44	0,70	0	0,02	0,26	0,73	0
	6.	Хлеб ржаной	30	2,40	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0	0,03	0	0	0
	7.	Хлеб пшеничный	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0	0	0
		<b>Всего</b>	<b>790</b>	<b>76,09</b>	<b>22,52</b>	<b>18,45</b>	<b>129,04</b>	<b>783,41</b>	<b>274,13</b>	<b>225,35</b>	<b>707,63</b>	<b>8,05</b>	<b>1,92</b>	<b>49,21</b>	<b>6,77</b>	<b>15,91</b>	<b>15,91</b>
		<b>ИТОГО:</b>		<b>171,93</b>	<b>52,90</b>	<b>55,75</b>	<b>246,29</b>	<b>1694,36</b>	<b>430,98</b>	<b>288,95</b>	<b>1101,08</b>	<b>16,26</b>	<b>341,72</b>	<b>49,69</b>	<b>7,84</b>	<b>16,51</b>	<b>16,51</b>

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

*С. В. Железняк*

2025г

"Утверждаю"

Директор ООО "Общепит-Н"

*Е. С. Сидельникова*

"01" февраля 2025г

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

День 7

**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
219	1.	Сырники из творога с молоком стуженым	130/20	83,68	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	1,90	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0,10
386	3.	Печенье	50	13,00	7,10	8,10	30,15	208,35	10,35	4,50	29,25	1,89	0	0,16	0,77	0
	4.	Снежок	100	15,45	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>500</b>	<b>114,03</b>	<b>23,24</b>	<b>19,22</b>	<b>51,73</b>	<b>473,57</b>	<b>306,50</b>	<b>39,30</b>	<b>336,17</b>	<b>2,81</b>	<b>79,07</b>	<b>0,04</b>	<b>0,31</b>	<b>0,81</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 белокачанной капусты.	60	5,68	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
289	3.	Рагу из курицы	240	59,13	19,30	24,50	25,20	399,10	50,50	53,30	148,40	2,60	0	0,30	5,80	15,50
348	4.	Компот из кураги	200	8,22	1,00	0	34,00	140,20	32,50	0,00	0	0,70	0	0,10	0	0,80
	5.	Хлеб ржаной	30	2,40	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	2,88	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>86,19</b>	<b>27,15</b>	<b>30,63</b>	<b>115,61</b>	<b>847,51</b>	<b>142,3</b>	<b>104,8</b>	<b>285,5</b>	<b>5,76</b>	<b>0,00</b>	<b>0,56</b>	<b>5,80</b>	<b>44,05</b>
		<b>Итого:</b>		<b>200,22</b>	<b>50,39</b>	<b>49,85</b>	<b>167,34</b>	<b>1321,08</b>	<b>448,80</b>	<b>144,10</b>	<b>621,67</b>	<b>8,57</b>	<b>79,07</b>	<b>0,60</b>	<b>6,11</b>	<b>44,86</b>

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

*С. В. Ковалев*

2025г

"Утверждаю"

Директор ООО "Общепит-Н"

*Е. С. Сидельникова*

"01" февраля 2025г

**МЕНЮ**

**ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВЫХ**

(7-11 лет)

День 8

**ЗАВТРАК**

№ реч.	№	Наименование блюда	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	200/5	23,57	5,27	15,70	30,96	242,65	118,01	44,27	160,78	1,01	0,04	0,13	0,00	0,51
	2.	Хлеб пшеничный 1с.	80	7,68	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)	15	16,32	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	1,90	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0,00	0
		<b>Всего</b>	<b>500</b>	<b>49,47</b>	<b>18,33</b>	<b>21,73</b>	<b>103,56</b>	<b>636,90</b>	<b>282,61</b>	<b>89,12</b>	<b>340,18</b>	<b>4,48</b>	<b>39,04</b>	<b>0,25</b>	<b>0,30</b>	<b>0,81</b>

**ОБЕД**

№ реч.	№	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	5,9	1,00	3,60	6,60	62,40	21,10	12,50	24,60	0,80	0	0,00	0,10	5,70
88	2.	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной.	200	10,26	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	50,52	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	20,74	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	2,40	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	2,88	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>100,84</b>	<b>20,95</b>	<b>37,13</b>	<b>108,21</b>	<b>849,01</b>	<b>196,92</b>	<b>101,30</b>	<b>328,20</b>	<b>5,21</b>	<b>57,90</b>	<b>5,76</b>	<b>0,70</b>	<b>36,87</b>
		<b>Итого:</b>		<b>150,31</b>	<b>39,28</b>	<b>58,86</b>	<b>211,77</b>	<b>1485,91</b>	<b>479,53</b>	<b>190,42</b>	<b>668,38</b>	<b>9,69</b>	<b>96,94</b>	<b>6,01</b>	<b>1,00</b>	<b>37,68</b>



"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ №

*С.В. Власов*

2025г

"Утверждено"

Директор ООО "Общепит-Н"

*Е.С. Сидельникова*

"01" февраля 2025г

**МЕНЮ**

Для школьных столовых

(7-11 лет)

День 9

**ЗАВТРАК**

№ п/п	№	Наименование блюда	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	200/5	22,88	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.	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0,00	0,03	0	0	
386	3.	Чай с сахаром	200	1,90	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0,00	0,00	2,00	0	0	0	0	
	4.	Ряженка	100	15,45	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>535</b>	<b>43,11</b>	<b>10,12</b>	<b>11,35</b>	<b>64,79</b>	<b>403,14</b>	<b>328,10</b>	<b>47,40</b>	<b>274,20</b>	<b>2,73</b>	<b>36,70</b>	<b>0,16</b>	<b>0,10</b>	<b>1,40</b>	

**ОБЕД**

№ п/п	№	Наименование блюда	Выход	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	5,68	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	7,16	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	37,16	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	19,87	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	6,22	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	2,40	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	2,88	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>81,37</b>	<b>23,88</b>	<b>32,72</b>	<b>116,83</b>	<b>857,77</b>	<b>263,48</b>	<b>69,56</b>	<b>71,84</b>	<b>9,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,65</b>	<b>0,26</b>	<b>73,43</b>	
		<b>ИТОГО:</b>		<b>124,48</b>	<b>34,00</b>	<b>44,07</b>	<b>181,62</b>	<b>1260,91</b>	<b>591,58</b>	<b>116,96</b>	<b>346,04</b>	<b>11,76</b>	<b>36,70</b>	<b>0,81</b>	<b>0,36</b>	<b>74,83</b>	

"Согласовано"

Директор школы МОУ СОШ № 1 *Е.С. Сидельникова*  
" " " 2025г

"Утверждаю"  
Директор ООО "Общепит-Н" *Е.С. Сидельникова*  
"01" февраля 2025г

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

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	50,01	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	13,81	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.	30	2,88	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0,00	0,03	0	0
	4.	Чай с сахаром	200	1,90	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0,10
		<b>Всего</b>	<b>500</b>	<b>68,60</b>	<b>15,52</b>	<b>21,25</b>	<b>86,22</b>	<b>596,89</b>	<b>181,13</b>	<b>27,30</b>	<b>127,88</b>	<b>4,23</b>	<b>29,93</b>	<b>0,17</b>	<b>0,00</b>	<b>0,80</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 свежлы отварной	60	5,9	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	11,31	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	56,31	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	2,40	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	2,88	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>86,94</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>155,54</b>	<b>51,57</b>	<b>67,28</b>	<b>216,33</b>	<b>1675,50</b>	<b>391,15</b>	<b>136,20</b>	<b>519,08</b>	<b>10,63</b>	<b>97,33</b>	<b>4,06</b>	<b>0,40</b>	<b>22,90</b>

Завтрак

693,70

Средняя стоимость 1 дня

69,37

Обед

926,22

Средняя стоимость 1 дня

92,62