

"Согласовано"
 Директор школы МОУ СОШ № 1
 Саратова
 "01" апреля 2025г.

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



МЕНЮ
 для школьных столовых
 (12 лет и старше)

№ 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	250/5	27,83	6,90	12,70	49,38	340,90	152,02	42,30	178,10	0,95	62,27	0,12	0,65	1,10
15	2.	Батон в/с	50	7,28	4,00	0,70	21,00	106,00	11,50	16,50	43,50	1,00	0	0,10	0,80	0
382	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
386	4.	Печенье	25	6,50	0,80	1,04	8,64	46,92	13,20	2,40	10,80	0,28	1,32	0	0	0
	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
	6.	Ряженка	100	15,45	3,00	1,00	4,20	40,00	124,00	14,00	92,00	0,10	0	0	0,10	0,30
		Всего	650	95,94	19,28	23,76	96,60	684,08	504,92	89,54	456,96	2,91	139,99	0,28	1,62	2,69
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	100	9,83	1,70	6,00	11,00	104,00	35,20	20,80	41,00	1,30	0,00	0,00	0,20	9,50
104	2.	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	250/35	41,16	11,25	7,88	27,63	226,13	82,69	33,13	80,13	1,73	1,00	11,85	1,63	25,04
289	3.	Рагу из курицы	280	66,94	22,60	28,60	29,40	465,60	58,90	62,20	173,10	3,00	0,00	0,30	6,70	18,10
349	4.	Компот из сухофруктов	200	6,22	0,60	0,09	32,01	132,80	32,48	17,46	23,44	0,70	0,00	0,02	0,26	0,73
	5.	Хлеб ржаной	40	3,20	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,00	0,04	0,00	0,00
	6.	Хлеб пшеничный	70	6,72	5,53	0,70	33,81	163,66	16,10	23,10	60,90	0,77	0,00	0,07	0,00	0,00
		Всего	975	134,07	43,92	43,71	153,61	1184,15	234,57	166,69	420,97	8,74	1,00	12,28	8,785	53,37
		ИТОГО:	230,01	230,01	63,20	67,47	250,21	1868,23	739,49	256,22	877,92	11,65	140,99	12,56	10,41	56,05

День 1



МЕНЮ
для школьных столовых
(12 лет и старше)

День 2

№ 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	100	9,83	1,70	6,00	11,00	104,00	35,20	20,80	41,00	1,30	0,00	0,00	0,20	9,50
291	2.	Плов из курицы	280	63,62	33,60	42,82	54,37	737,56	72,68	76,42	321,18	3,62	77,35	0	0	1,63
376	3.	Хлеб пшеничный	40	3,84	2,40	0,40	12,60	63,60	6,90	9,90	26,10	0,60	0	0,10	0,50	0
386	4.	Чай с сахаром	200	1,90	0,10	0,00	15,00	60,00	5,00	0,00	0,00	2,00	0	0	0	0
	5.	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	0,90
		Всего	720	94,64	37,80	49,22	92,97	965,16	119,78	107,12	388,28	7,52	77,35	0,13	0,70	11,13

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
47	1.	Салат из квашеной капусты.	100	17	1,60	4,90	11,00	95,00	41,67	14,17	0,00	0,50	0	0	0	25,00
82	2.	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	13,62	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	100/5	40,51	14,80	18,80	11,60	274,00	139,30	0,00	0,00	1,00	0,00	0,20	0,00	6,80
142	4.	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150/30	23,85	3,60	9,54	35,76	243,36	35,76	0,00	0,00	1,92	0,00	0,48	0,00	43,08
	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	40	3,20	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	70	6,72	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0	0,03	0,00	0
		Всего	945	118,90	26,05	38,77	106,77	879,77	316,67	42,37	80,20	12,58	1,00	5,84	0,30	93,78
		ИТОГО:		213,54	63,85	87,99	199,74	1844,93	436,45	149,49	468,48	20,10	78,35	5,97	1,00	104,91

"Согласовано"
 Директор школы МОУ СОШ № 1
 Саратова
 10.03.2025г.

"Утверждаю"
 Директор ООО "Общепит-Н"
 Е.С. Сидельникова /
 10.03.2025г.

МЕНЮ
 для школьных столовых
 (12 лет и старше)

ООО "ОБЩЕПИТ-Н"
 ОТВЕТСТВЕННОСТЬ
 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ

№ рещ.	№	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
181	1.	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	250/5	26,85	7,63	14,13	41,88	325,00	240,25	29,38	195,13	0,38	45,88	0,13	0,00	1,38
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	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
	4.	Чай с сахаром	200	1,90	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
		Всего	565	50,47	22,29	20,33	114,76	728,50	294,85	73,78	376,33	4,70	145,88	0,28	0,38	1,68

ЗАВТРАК

ОБЕД

№ рещ.	№	Наименование блюд	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	100	9,83	1,70	6,00	11,00	104,00	35,20	20,80	41,00	1,30	0,00	0,00	0,20	9,50
108	2.	Суп картофельный с клецками	250	13,26	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	100	56,13	14,80	19,40	22,20	322,00	43,70	32,10	166,40	1,00	28,70	0,10	0,00	0,10
321	4.	Капуста тушеная	180	21,69	3,60	6,48	19,08	149,40	83,88	27,63	56,07	1,08	0,36	17,28	1,17	72,63
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	40	3,20	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,00	0,04	0,00	0,00
	7.	Хлеб пшеничный	70	6,72	5,53	0,70	33,81	163,66	16,10	23,10	60,90	0,77	0,00	0,07	0,00	0,00
		Всего	940	117,05	33,67	39,41	166,86	1157,32	306,56	138,59	404,91	6,89	30,26	19,91	1,83	84,86
		Итого:		167,52	55,96	59,74	281,62	1885,82	601,41	212,37	781,24	11,59	176,14	20,19	2,21	86,54

"Утверждаю"
 Директор ООО "Общепит-Н"
 А.А.С. Сидельникова /

000
 ОБЩЕПИТ-Н
 ДЛЯ ДОКУМЕНТАЦИИ

МЕНЮ
 для школьных столовых
 (12 лет и старше)

"Согласовано"
 Директор школы
 А.А.С. Сидельникова /

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	250/5	27,83	6,90	12,70	49,38	340,90	152,02	42,30	178,10	0,95	62,27	0,12	0,65	1,10
15	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
376	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
386	4.	Чай с сахаром	200	1,90	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0
	5.	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
		Всего	645	73,66	21,12	20,20	121,98	753,06	360,62	88,90	382,50	4,47	114,27	0,24	0,95	1,40

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
47	1.	Салат из квашеной капусты.	100	17	1,60	4,90	11,00	95,00	41,67	14,17	0,00	0,50	0	0	0	25,00
88	2.	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной.	250	12,82	1,60	4,90	11,50	96,80	75,20	14,70	34,20	1,03	1,00	5,50	0,60	9,50
282	3.	Оладьи из говяжьей печени	100/5	72,00	16,80	23,10	6,10	299,70	19,50	22,00	346,90	7,40	9,70	2,70	9,50	34,60
198	4.	Каша гороховая отварная с маслом	180/10	20,66	15,59	7,82	40,02	291,43	108,24	70,51	243,52	5,38	34	0,56	1,18	0
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	40	3,20	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,00	0,04	0,00	0,00
	7.	Хлеб пшеничный	70	6,72	5,53	0,70	33,81	163,66	16,10	23,10	60,90	0,77	0,00	0,07	0,00	0,00
		Всего	955	140,54	43,46	41,86	149,29	1147,15	293,43	154,48	727,92	16,55	44,98	8,90	11,28	82,00
		Итого:		214,20	64,58	62,07	271,27	1900,22	654,05	243,38	1110,41	21,02	159,26	9,14	12,23	83,40

"Утверждаю"
 Директор ООО "Общепит-Н"
 С.С. Сидельникова
 101^я марта 2025г.



МЕНЮ
 для школьных столовых
 (12 лет и старше)

День 5

№ 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	100/30	51,01	6,99	9,26	7,37	140,40	57,69	12,76	58,87	21,23	0,09	0,11	2,11	0,66
309	2.	Макаронные изделия отварные с маслом	180	14,44	6,62	5,40	31,74	202,14	5,83	25,34	44,60	1,32	0,00	0,06	0,94	0,00
379	3.	Хлеб пшеничный 1с.	40	3,84	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	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
		Всего	550	87,24	20,37	17,76	86,73	587,86	173,02	63,00	213,27	23,09	0,09	4,91	3,24	1,86

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
47	1.	Салат из квашеной капусты.	100	17	1,60	4,90	11,00	95,00	41,67	14,17	0,00	0,50	0	0	0	25,00
102	2.	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	8,95	6,38	6,75	29,88	204,75	57,25	44,38	0,00	5,75	0,00	0,00	0,00	14,00
291	3.	Плов из курицы	280	63,62	33,60	42,82	54,37	737,56	72,68	76,42	321,18	3,62	77,35	0	0	1,63
	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	40	3,20	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,00	0,04	0,00	0,00
	6.	Хлеб пшеничный	70	6,72	5,53	0,70	33,81	163,66	16,10	23,10	60,90	0,77	0,00	0,07	0,00	0,00
		Всего	940	113,49	49,55	55,61	152,72	1308,93	197,14	168,27	424,98	18,88	77	0	0	46,63
		Итого:		200,73	69,92	73,37	239,45	1896,79	370,16	231,27	638,25	41,97	77,44	5,15	3,24	48,49



"Согласовано"
 Директор школы МОУ СОШ № 1
 [Подпись]



"Утверждаю"
 Директор ООО "Общепит-Н"
 [Подпись]
 "01" марта 2025г



МЕНЮ
 Для школьников столовых
 (12 лет и старше)

№ 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
ЗАВТРАК																
210	1.	Омлет натуральный	250	97,94	17,13	34,50	18,13	452,63	142,38	24,38	324,75	3,75	424,75	0,25	0,00	0,38
	2.	Хлеб пшеничный 1с.	80	7,68	6,32	0,80	38,64	187,0	18,4	26,4	69,6	0,88	0,00	0,08	0,20	0,20
	3.	Пряники	60	15,60	2,88	1,68	46,62	201,48	5,40	0	0	0,36	0	0,05	0,83	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
386	5.	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
		Всего	690	138,57	26,43	36,98	118,39	901,11	171,18	50,78	394,35	6,99	424,75	0,38	1,03	0,58
ОБЕД																
52	1.	Салат из свёклы отварной	100	9,83	1,70	6,00	11,00	104,00	35,20	20,80	41,00	1,30	0,00	0,00	0,20	9,50
103	2.	Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишель)	250	10,10	2,69	2,84	17,45	118,25	29,20	21,82	67,58	1,13	0,00	0,11	1,18	8,25
229	3.	Рыба (морская), тушенная в томате с овощами	100/30	40,08	11,83	6,24	6,24	128,70	46,14	44,38	168,49	0,86	1,98	6,76	1,04	3,12
304	4.	Рис отварной	180	19,80	4,56	7,32	49,68	282,84	168,60	138,24	470,52	4,32	0,12	51,36	5,40	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
	6.	Хлеб ржаной	40	3,20	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	42,40	1,24	0,00	0,04	0,00	0,00
	7.	Хлеб пшеничный	70	6,72	5,53	0,70	33,81	163,66	16,10	23,10	60,90	0,77	0,00	0,07	0,00	0,00
		Всего	970	95,95	29,15	23,63	169,95	1022,21	336,92	275,80	874,33	10,32	2,10	58,36	8,08	21,60
		ИТОГО:		234,52	55,57	60,61	288,34	1923,32	508,10	326,58	1268,68	17,31	426,85	58,74	9,11	22,18

День 6

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



МЕНЮ
 для школьников столовых
 (12 лет и старше)

День 8

№ 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
173	1.	Каша вязкая молочная геркулесовая с маслом сливочным	250/5	27,71	7,18	13,70	39,65	310,71	151,11	56,69	205,88	1,29	0,05	0,13	0,00	0,65
	2.	Хлеб пшеничный 1с.	70	6,72	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)	20	21,76	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	1,90	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0,00	0
386	5.	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
		Всего	645	73,54	15,08	20,00	73,97	535,89	341,31	76,89	340,68	3,93	52,05	0,17	0,09	0,75

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	100	9,83	1,70	6,00	11,00	104,00	35,20	20,80	41,00	1,30	0,00	0,00	0,20	9,50
88	2.	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной.	250	12,82	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	100	56,13	14,80	19,40	22,20	322,00	43,70	32,10	166,40	1,00	28,70	0,10	0,00	0,10
143	4.	Рагу из овощей	180	29,57	2,52	14,52	18,60	214,32	28,68	33,36	74,16	1,18	37,20	0,08	0,00	10,40
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	40	3,20	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0,00	0,03	0,00	0,00
	7.	Хлеб пшеничный	70	6,72	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0,00	0,03	0,00	0,00
		Всего	940	126,41	24,77	45,45	119,71	984,83	220,10	118,36	373,66	6,00	66,90	5,77	0,80	42,40
		ИТОГО:		199,95	39,85	65,45	193,68	1520,72	561,41	195,25	714,34	9,93	118,95	5,94	0,89	43,16

"Согласовано"
 Директор школы МОУ СОШ № 1
 / Е.С. Сидельникова /
 01 марта 2025г



"Согласовано"

Директор школы

МОУ СОШ № 1

Ветеринаровского района Саратовской области

№ 102640189658

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

ИНН 64-03/004870

"Утверждаю"

Директор ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

ООО "Общепит-Н"

МЕНЮ
для школьных столовых
(12 лет и старше)

День 9

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
181	1.	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	250/5	26,85	7,63	14,13	41,88	325,00	240,25	29,38	195,13	0,38	45,88	0,13	0,00	1,38
376	2.	Хлеб пшеничный 1с.	80	7,68	6,32	0,80	38,64	187,0	18,4	26,4	69,6	0,88	0,00	0,08	0,20	0,20
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
		Всего	640	51,88	17,05	15,93	99,72	612,00	387,65	69,78	356,73	3,36	45,88	0,24	0,30	1,88

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
47	1.	Салат из квашеной капусты.	100	17	1,60	4,90	11,00	95,00	41,67	14,17	0,00	0,50	0	0	0	25,00
102	2.	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	8,95	6,38	6,75	29,88	204,75	57,25	44,38	0,00	5,75	0,00	0,00	0,00	14,00
234	3.	Котлеты рыбные с маслом сливочным	100/5	40,51	14,80	18,80	11,60	274,00	139,30	0,00	0,00	1,00	0,00	0,20	0,00	6,80
142	4.	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150/30	23,85	3,60	9,54	35,76	243,36	35,76	0,00	0,00	1,92	0,00	0,48	0,00	43,08
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	40	3,20	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0,00	0,03	0,00	0,00
	7.	Хлеб пшеничный	70	6,72	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0,00	0,03	0,00	0,00
		Всего	945	106,45	28,66	40,41	135,07	1018,88	313,36	83,51	55,24	10,80	0,00	0,73	0,26	89,61
		Итого:		158,33	45,70	56,34	234,78	1630,88	701,01	153,28	411,97	14,16	45,88	0,97	0,56	91,49

"Согласовано"
 Директор школы МОУ СОШ № 1
 [Подпись]
 "10" марта 2025г.

Муниципальное бюджетное учреждение
 "Средняя общеобразовательная школа № 1"
 Саратовской области
 Саратов, ул. Мухоморова, д. 10
 Тел: 8-41200-1870
 Факс: 8-41200-1870
 Э-почта: shkola1@yandex.ru
 "10" марта 2025г.

МЕНЮ
 для школьников столовых
 (12 лет и старше)

День 10

№ 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
279/331	1.	Тефтели из говядины с соусом	100/30	55,08	11,67	19,11	17,33	287,00	56,22	27,67	137,56	1,22	49,67	0,04	0,00	1,22
171	2.	Каша гречневая рассыпчатая	180	16,57	7,56	11,88	56,04	300,90	136,70	1,40	22,20	1,20	1,20	0,10	0,00	0,00
376	3.	Хлеб пшеничный 1с.	40	3,84	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	1,90	0,10	0	15,00	60,00	5,00	0	0	2,00	0	0	0	0,10
	5.	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
		Всего	650	92,84	22,49	31,39	107,69	741,42	207,12	42,27	194,56	4,86	50,87	0,18	0,09	1,42

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	100	9,83	1,70	6,00	11,00	104,00	35,20	20,80	41,00	1,30	0,00	0,00	0,20	9,50
96	2.	Рассольник ленинградский	250	14,17	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	280	63,62	33,60	42,82	54,37	737,56	72,68	76,42	321,18	3,62	77,35	0	0	1,63
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	40	3,20	1,68	0,33	14,82	68,97	6,90	7,50	31,80	0,93	0,00	0,03	0,00	0,00
	6.	Хлеб пшеничный	70	6,72	2,37	0,30	14,49	70,14	6,90	9,90	26,10	0,33	0,00	0,03	0,00	0,00
		Всего	940	105,68	41,55	54,55	142,28	1225,57	234,5	128,12	453,48	7,42	78,45	3,92	0,50	26,13
		Итого:	198,52	64,04	85,94	249,97	1966,99	441,62	170,39	648,04	12,28	129,32	4,10	0,59	27,55	

Завтрак 947,81
 Средняя стоимость 1 дня 94,78
 Обед 1170,47
 Средняя стоимость 1 дня 117,05