



СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ

25

Петрова



УТВЕРЖДАЮ
Матюхина Н.А.
Матюхина Н.А.

МЕНЮ

День 1 на "28" 10 2024г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		ЦЕНА	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											81,00	81,00
Каша "Дружба"	200	250	7,77	9,72	7,85	9,82	43,88	54,85	273,9	342,35	31,48	31,48
Какао-напиток на молоке	200	200	3,97	3,97	3,80	3,80	9,10	9,10	87,5	87,52	14,62	14,62
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,2	157,20	7,5	7,5
Сыр (порциями)	10	10	2,32	2,32	2,95	2,95	0,00	0,00	36,4	36,40	8,25	8,25
Печенье	40	40	3,00	3,00	3,92	3,92	29,76	29,76	166,8	166,80	8	8
Итого за завтрак:	510,00	560,00	21,56	23,51	20,26	22,23	113,58	124,55	721,80	790,27		
Обед											87,00	101,00
Салат витаминный с растительным маслом / Салат из квашеной капусты	60	100	0,63	1,05	2,49	4,15	6,22	10,37	50,58	84,30	6,96	11,6
Суп куриный с вермишелью	200	250	2,01	2,51	3,53	4,42	12,52	15,65	90,08	112,60	9,56	11,95
Рагу из мяса птицы (курица)	240	280	26,72	31,17	24,64	28,75	30,05	35,06	435,05	507,55	45,74	53,36
Компот из плодов сушеных	200	200	0,48	0,48	0,04	0,04	14,83	14,83	60,72	60,72	4,65	4,65
Хлеб из муки пшеничной	40	40	3,00	3,00	1,16	1,16	20,56	20,56	104,80	104,80	5	5
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,24	2,24	0,44	0,44	19,76	19,76	92,80	92,80	2,00	2
Итого за обед:	780,00	910,00	35,08	40,45	32,30	38,96	103,94	116,23	834,03	962,77		
Полдник											53,00	
Салат из моркови с изюмом	100		1,25		0,13		2,22		95,30		17,52	
Чай	200		0,00		0,00		5,99		23,98		4	
Хлеб из муки пшеничной	20		1,50		0,58		10,28		52,34		2,5	
Итого за полдник:	320		2,75		0,71		18,49		171,62			
Итого за день			59,4	64,0	53,3	61,2	236,0	240,8	1727,4	1753,0		

Ответственный за питание: _____

Повар: _____



МЕНЮ

День 2

на "29" 10 2024г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		ЦЕН
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	
Завтрак											81,00
Вареники с творогом	200	200	17,04	17,04	11,78	11,78	47,64	47,64	360,40	360,40	66,5
Соус абрикосовый	50	70	0,39	0,55	0,02	0,03	33,80	47,31	137,10	191,94	10,5
Чай с лимоном	200	200	0,04	0,04	0,00	0,00	8,11	8,11	33,28	33,28	5
Сыр (порциями)	10	20	2,32	4,64	2,95	5,90	0,00	0,00	36,40	72,80	16,5
Хлеб из муки пшеничной	40	60	3,00	4,50	1,16	1,74	20,56	30,84	104,80	157,20	7,5
Итого за завтрак:	500,00	550,00	22,79	26,76	15,91	19,45	110,11	133,91	671,98	815,62	
Обед											87,00
Икра из кабачков	60	100	0,72	1,20	2,82	4,70	4,62	7,70	46,80	78,00	6,5
Борщ с капустой и	200	250	1,69	2,11	3,03	3,79	9,31	11,63	71,48	89,35	9,9
Гуляш	90	100	12,12	13,47	11,62	12,91	3,47	3,86	164,15	182,39	51,65
Каша гречневая	150	180	6,32	7,59	5,36	6,43	28,53	34,23	187,35	224,82	8,44
Компот из плодов свежих (яблоки)	200	200	0,12	0,12	0,12	0,12	22,92	22,92	93,90	93,90	4,07
Хлеб из муки пшеничной	20	40	1,50	3,00	0,58	1,16	10,28	20,56	52,40	104,80	2,5
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,24	2,24	0,44	0,44	19,76	19,76	92,80	92,80	2,00
Итого за обед:	760	910	24,72	29,73	23,97	29,55	98,89	120,67	708,88	866,06	
Полдник											53,00
Хлопья кукурузные	50		1,52		1,80		16,90		79,00		23,00
Молоко	150		5,80		3,20		9,60		107,00		22,00
Фрукты свежие по сезонности	100		0,40		0,40		9,80		44,40		20,00
Итого за полдник:	300		7,72		5,40		36,30		230,40		
Итого за день			55,2	56,5	45,3	49,0	245,3	254,6	1611,3	1681,7	

Ответственный за питание: _____

Повар: _____

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ



МЕНЮ

День 3

на "30" 10 2024г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, ККАЛ		ЦЕНА	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											81,00	81,00
Каша овсяная	180	250	3,99	5,54	4,35	6,05	21,85	30,35	142,67	198,15	29	29
Фрукты свежие по сезонности	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00	15	15
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,80	72,80	16,5	16,5
Кофейный напиток из цикория с молоком	200	200	3,90	3,90	3,84	3,84	13,67	13,67	104,53	104,53	17,11	17,11
Хлеб из муки пшеничной	40	60	3,00	4,50	1,16	1,74	20,56	30,84	104,80	157,20	5,00	5
Итого за завтрак:	540	630	15,93	18,98	15,66	17,93	65,88	84,66	471,80	579,68		
Обед											87,00	101,00
Огурцы свежие / Огурцы консервированные без уксуса	60	100	0,48	0,80	0,06	0,10	1,50	2,50	8,40	14,00	11,75	19,58
Суп картофельный с горохом	200	250	4,36	5,45	7,10	8,88	15,71	19,64	144,40	180,50	5,77	7,21
Котлеты рубленые из птицы	90	100	23,68	26,309	24,07	26,745	14,41	16,01	355,73	395,25	34,76	38,62
Капуста тушеная	150	180	3,243	3,8916	6,183	7,4196	10,53	12,64	112,93	135,513	14,36	17,23
Кисель ягодный (смородина)	200	200	0,17	0,17	0,06	0,06	14,08	14,08	57,74	57,74	5,86	5,86
Хлеб из муки пшеничной	40	40	3,00	3,00	1,16	1,16	20,56	20,56	104,80	104,80	5,00	5,00
Хлеб ржано-пшеничный	40	60	2,24	3,36	0,44	0,66	19,76	29,64	92,80	139,20	3,00	3,00
Итого за обед:	780	930	37,17	42,98	39,08	45,03	96,55	115,07	876,79	1027,00		
Полдник											53,00	
Винегрет овощной	100		1,38		10,02		6,54		122,00		19,06	
Хлеб ржано-пшеничный	20		1,50		0,58		10,28		52,34		1,70	
Напиток из шиповника	200		0,67		0,27		20,76		88,20		17,3	
Итого за полдник:	320		3,55		10,87		37,58		262,54			
Итого за день			40,7	62,0	65,6	63,0	200,0	199,7	1611,1	1606,7		

Ответственный за питание: _____

С.И. Матюхина

Повар: _____

И.И. Матюхина



СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ

УТВЕРЖДЕНО
Директор Центра
Матюхина Н.А.

МЕНЮ

День 4

на "31" 10 2024г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ (ккал)		ЦЕНА	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											81,00	81,00
Омлет	200	250	20,88	26,10	22,47	28,09	3,90	4,88	301,42	376,78	54,56	54,56
Какао-напиток на молоке	200	200	3,97	3,97	3,80	3,80	9,10	9,10	87,52	87,52	14,62	14,62
Печенье	40	40	3,00	3,00	3,92	3,92	29,76	29,76	166,80	166,80	8	8
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,20	157,20	7,5	7,5
Итого за завтрак:	500	550	32,35	37,57	31,93	37,55	73,61	74,58	712,94	788,30		
Обед											87,00	101,00
Салат Мозайка	60	100	1,73	2,88	4,43	7,38	6,11	10,18	71,43	119,05	8,47	14,11
Суп картофельный с рисом	200	250	1,61	2,01	7,09	8,86	12,57	15,72	118,92	148,65	15,06	18,82
Котлета рыбная Любительская	90	100	13,20	14,67	3,39	3,77	11,37	12,63	129,13	143,48	38,15	42,38
Картофельное пюре	150	180	3,30	3,96	5,57	6,68	22,13	26,55	152,10	182,52	18,5	22,19
Компот из плодов сушеных	200	200	0,48	0,48	0,04	0,04	14,83	14,83	60,72	60,72	4,65	4,65
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,20	157,20	7,50	7,5
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,24	2,24	0,44	0,44	19,76	19,76	92,80	92,80	2	2
Итого за обед:	800	930	27,06	30,74	22,69	28,90	117,61	130,51	782,30	904,42		
Полдник											53,00	
Биточки манные с повидлом	150		3,39		5,27		45,50		240,00		17,22	
Сок фруктовый	200		10,00		0,00		20,00		84,00		33,00	
Итого за полдник:	350		13,39		5,27		65,50		324,00			
Итого за день		1480	72,8	68,3	59,9	66,4	256,7	205,1	1 819,2	1 692,7		

Ответственный за питание:

Повар:

СОГЛАСОВАНО
 Директор МБОУ
Меню
Меню
 Денис

ТВЕРЖДАЮ
 ИП Марюхина Н.А.
 Марюхина Н.А.
 Наталья
 Алексеевна
 для документов

МЕНЮ

на "01" 11 2024г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛЛ		ЦЕНА	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											81,00	81,00
Каша пшеничная	200	250	5,90	7,37	8,50	10,63	27,75	34,69	211,44	264,30	30,68	30,68
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	200	4,39	4,39	4,04	4,04	16,42	16,42	122,90	122,90	17,11	17,11
Печенье	40	40	3,00	3,00	3,92	3,92	29,76	29,76	166,80	166,80	8	8
Хлеб из муки пшеничной	40	40	3,00	3,00	1,16	1,16	20,56	20,56	104,80	104,80	5	5
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,80	72,80	16,50	16,5
Итого за завтрак:	500	550	20,93	22,40	23,52	25,65	94,49	101,43	678,74	731,60		
Обед											87,00	101,00
Салат из свеклы с маслом	60	100	0,31	0,52	2,18	3,63	1,82	3,03	28,10	46,83	3,56	5,93
Суп из овощей	200	250	1,49	1,86	4,21	5,26	8,87	11,09	79,72	99,65	5,77	7,21
Пельмени с маслом сливочным	240	280	22,89	26,70	36,59	42,69	48,86	57,01	510,24	595,28	75,06	80,56
Напиток из шиповника	200	200	0,54	0,54	0,22	0,22	21,71	21,71	101,30	101,30	15	15
Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,50	1,50	0,58	0,58	10,28	10,28	52,40	52,40	2,50	2,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	60	1,12	3,36	0,22	0,66	9,88	29,64	46,40	139,20	3	3
Итого за обед:	740,0	910	27,85	34,48	44,00	53,04	101,42	132,76	818,16	1034,66		
Полдник											53,00	
Запеканка морковная с творогом с сгущенным молоком	150/20		14,50		15,94		29,56		315,00		66,34	
Чай	200		0,00		0,00		5,99		23,98		4	
Итого за полдник:	370		14,50		15,94		35,55		338,98		2,5	
Итого за день		1460	63,3	56,9	83,5	78,7	231,5	234,2	1835,9	1766,3		

Ответственный за питание: *МБОУ*

Повар: *Жу-*

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ



УТВЕРЖДАЮ:
ИП Матюхина Н.А.
Матюхина Н.А.



МЕНЮ

День 6

на "02" 11 2024г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, ККАЛ		ЦЕНА	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											81,00	81,00
Каша рисовая	200	250	6,14	7,68	6,94	8,68	43,36	54,20	253,73	317,17	32,71	32,71
Печенье	40	40	3,00	3,00	3,92	3,92	29,76	29,76	166,80	166,80	8	8
Чай с лимоном	200	200	0,04	0,04	0,00	0,00	8,11	8,11	33,28	33,28	5	5
Сыр (порциями)	10	20	2,32	4,64	2,95	5,90	0,00	0,00	36,40	72,80	8,25	8,25
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,20	157,20	7,50	7,5
Итого за завтрак:	510	570	16,00	19,85	15,56	20,24	112,07	122,91	647,41	747,25		
Обед											87,00	101,00
Огурцы свежие / Огурцы консервированные без уксуса	60	100	0,48	0,80	0,06	0,10	1,50	2,50	8,40	14,00	11,75	19,58
Рассольник ленинградский	200	250	2,24	2,80	3,23	4,04	15,15	18,94	98,80	123,50	8,09	10,11
Наггетсы	90	100	16,09	17,88	14,21	15,79	13,41	14,90	237,23	263,59	34,76	38,62
Картофельное пюре	150	180	3,30	3,96	5,57	6,68	22,13	26,55	152,10	182,52	18,5	22,19
Компот из плодов свежих (лимон)	200	200	0,13	0,13	0,01	0,01	22,40	22,40	92,54	92,54	5,22	5,22
Хлеб из муки пшеничной	40	40	3,00	3,00	1,16	1,16	20,56	20,56	104,80	104,80	5	5
Хлеб ржано-пшеничный	40	60	2,24	3,36	0,44	0,66	19,76	29,64	92,80	139,20	3	3
Итого за обед:	780	930	27,47	31,92	24,69	28,45	114,91	135,49	786,67	920,15		
Полдник											53,00	
Запеканка со свежими плодами	150		6,87		10,44		35,91		265,14		37,4	
Сок фруктовый	200		10,00		0,00		20,00		84,00		33	
Итого за полдник:	350		16,87		10,44		55,91		349,14			
Итого за день			60,3	51,8	50,7	48,7	282,9	258,4	1783,2	1667,4		

Ответственный за питание:

Повар: