



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2023 года

Прим пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 1	Омлет натуральный/горошек зеленый	100/50	9,9	12,2	5,1	169,6	232/22	34,12 Р
ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	4,1	3,3	14,3	102,3	268	10,36 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
	Кондитерское изделие (печенье)	20	1,5	2	14,9	83,4	Пром	15,00 Р
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,5	0,5	11,8	53,3	338	8,05 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		540	19,6	18,4	67,6	513,1		70,88 Р
ОБЕД	Борщ Сибирский	200	9,7	8	11,6	155,5	88	13,24 Р
	Картофель в молоке	150	3,3	3,2	17,9	113,6	161	13,06 Р
	Быгочек из курицы	90	9,2	9,2	9,8	159,3	309/363	48,98 Р
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0,4	33	136	386	15,00 Р
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром	2,35 Р
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром	2,38 Р
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		810	28,2	21,9	111,8	753,8		103,01 Р
ПОЛДНИК	Рыба тушеная с овощами	100	11,7	5	4,4	110	254	42,35 Р
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,3	0	6	24,9	54-3гн	4,91 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		310	14,3	5,2	25,2	205,2		49,02 Р

Зав. производством *Колесова С.Н.*



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 2	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8	15	6,54 Р
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с морковью с соусом	120/30	14,4	11,4	29	274,4	324/327	59,75 Р
	Кофейный напиток на молоке	200	3,2	2,5	13,7	89	268	8,36 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	23,9	17,6	74,5	549,2		86,00 Р
ОБЕД	Салат из свеклы с сыром	60	2	7,7	4	92,6	84	10,50 Р
	Суп-лапша домашняя	200	4,3	5,1	10,2	104,1	113	12,50 Р
	Каша вязкая с морковью	150	2,5	3,2	24	134,7	178	13,86 Р
	Биточки рыбные (минтай)	90	11,7	3,7	13,8	133,9	234/363	54,20 Р
	Компот из яблок с лимоном	200	0,3	0,2	11,1	46,2	54-34хн	5,06 Р
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром	2,35 Р
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром	2,38 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	25,8	20,6	92,8	656,5		100,85 Р
ПОЛДНИК	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8	15	6,54 Р
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,4	4,6	18,1	134,8	54-19к	26,82 Р
	Чай с сахаром (вариант 2)	180	0,1	0	5,1	21,1	54-45гн	2,18 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		420	10,1	7,8	38	262		37,30 Р

Зав.производством *К. Комиссарова С.Н.*



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 3	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	70	8,02 Р
ЗАВТРАК	Картофель в молоке	150	3,3	3,2	17,9	113,6	161	12,33 Р
	Сердце в соусе	90	11,4	7,9	4,2	134,4	262/330	53,28 Р
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0,4	33	136	386	15,00 Р
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,17 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
	Итого за ЗАВТРАК		540	18,6	12,0	73,1	473,6	
ОБЕД	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	70	8,15 Р
	Суп куриный	200	3,5	3,4	8,7	79,9	152	12,10 Р
	Рагу из овощей	150	2,2	5,8	13	113,3	187	8,24 Р
	Рулет с яйном	100	14,7	13	8,8	206,6	276	74,49 Р
	Напиток витаминный	180	0,4	0,1	24,2	74	473	6,12 Р
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,7	93,8	Пром	2,35 Р
	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10	51,2	Пром	2,38 Р
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	8,00 Р
Итого за ОБЕД		860	26,9	23,5	96,5	676		121,83 Р
ПОЛДНИК	Голубцы ленивые	100	8,4	7,6	7,4	128,4	54-3м	43,53 Р
	Какао с молоком	180	2,8	2,2	11,6	77	268	9,36 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338	8,00 Р
Итого за ПОЛДНИК		410	13,9	10,3	44,1	321,2		62,65 Р

Зав. производством

В. Комиссаров С.Н.



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2023 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 4	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	70	8,15 Р
ЗАВТРАК	Каша вязкая с морковью	180	3	3,8	28,8	161,6	178	13,20 Р
	Бигочек из курицы	90	9,2	9,2	9,8	159,3	309/363	52,18 Р
	Чай с сахаром (вариант 2)	180	0,1	0	5,1	21,1	54-45гн	2,18 Р
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,17 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	15,8	13,5	62,5	435,9		78,47 Р
ОБЕД	Салат из белокачанной капусты с яблоками	60	0,7	2,7	6,7	53,9	46	7,85 Р
	Солянка	200	5,2	5,8	3,9	87,3	124	20,20 Р
	Макаронные отварные с сыром	150	8	7,8	27	209,4	204	12,30 Р
	Гуляш из говядины	90	13,1	11,6	4	166,9	282	60,42 Р
	Кисель фруктовый	200	0,2	0,1	37,4	149,8	428	8,00 Р
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром	2,35 Р
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром	2,38 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	32,2	28,7	108,7	812,3		113,50 Р
ПОЛДНИК	Пудинг рисовый с творогом и сгущенным молоком	130/20	7,6	5,9	25,7	186,4	199	34,78 Р
	Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,2	4,5	7,2	90,2	Пром	14,40 Р
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром	2,38 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		360	14,8	10,8	42,9	327,8		51,56 Р

Зав. производством

К. Кемелева С.Н.



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 5	Салат из свеклы с курагой и изюмом	80	1,4	4,3	13,3	97,9	54-14з	10,74 Р
	Картофельное пюре	180	3,8	6,4	23,8	167,4	54-11г	18,28 Р
ЗАВТРАК	Коглеты рыбные (минтай)	90	9,5	4,6	11,9	126,1	234/363	54,65 Р
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,3	0	6	24,9	54-3гн	4,91 Р
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,17 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
	Итого за ЗАВТРАК	570	17,8	15,7	71,5	497,4		91,34 Р
ОБЕД	Салат из свеклы с яблоками	60	0,7	3,3	6,3	57,2	54	7,85 Р
	Суп кудрявый	250	6,9	8,7	4,6	123,9	120	11,24 Р
	Каша вязкая (гречка)	150	4	4,2	18,1	126,2	303	13,45 Р
	Зразы "Школьные"	100	14,8	17,3	14,8	269,5	96	64,98 Р
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0,4	33	136	386	15,00 Р
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром	2,35 Р
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром	2,38 Р
Итого за ОБЕД	830	32	34,6	106,5	857,8		117,25 Р	
ПОЛДНИК	Рагу из овощей	150	2,2	5,8	13	113,3	187	8,24 Р
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0,4	33	136	386	15,00 Р
	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	Пром	2,38 Р
	Итого за ПОЛДНИК	380	4,8	6,6	56	300,5		25,62 Р

Зав. производством Колесова С.Н.



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 6	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8	15	6,54 Р
ЗАВТРАК	Пудинг рисовый с творогом и сгущенным молоком	180	10,3	7,6	33,6	245,4	199	49,75 Р
	Кофейный напиток на молоке	200	3,2	2,5	13,7	89	268	8,36 Р
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,17 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		530	19	13,8	74,1	496,8		75,41 Р
ОБЕД	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,6	3,2	5,1	55,9	87	14,54 Р
	Картофельное пюре	180	3,8	6,4	23,8	167,4	54-11г	18,28 Р
	Виточки рыбные (треска)	90	11,7	3,5	13,8	132,8	234/363	50,21 Р
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0	17,8	72,6	54-1хн	6,02 Р
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром	2,35 Р
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром	2,38 Р
	Кондитерское изделие (печенье)	30	2,3	2,9	22,3	125,1	Пром	25,00 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		750	24,8	16,7	112,5	698,8		118,78 Р
ПОЛДНИК	Голубцы ленивые	100	8,4	7,6	7,4	128,4	54-3м	43,53 Р
	Чай с сахаром (вариант 2)	180	0,1	0	5,1	21,1	54-45гн	2,18 Р
	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	Пром	2,38 Р
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		410	10,9	8,4	32,3	245,1		56,09 Р

Зав. производством *А. Колесов С.М.*



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2023 года



Прим. пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 7	Салат из моркови с яблоками	100	0,9	10,2	7,1	123,8	54-11з	8,56 Р
	Каша вязкая (рисовая)	150	2,2	3,5	22,5	130,2	303	13,20 Р
ЗАВТРАК	Рыба тушеная с овощами	90	10,6	4,5	3,9	99,1	254	41,27 Р
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,3	0	6	24,9	54-3гн	4,91 Р
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,17 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	16,8	18,6	56	459,1		70,70 Р
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	200	4,3	5,1	10,2	104,1	113	12,50 Р
	Рагу из овощей	150	2,2	5,8	13	113,3	187	14,45 Р
	Рулет с яйцом	100	14,7	13	8,8	206,6	276	74,49 Р
	Наниток из плодов шиповника	180	0,5	0,2	32,2	100,6	388	8,97 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		780	25,7	24,8	96	674,6		121,76 Р
ПОЛДНИК	Курица в сырном соусе	100	9,2	10,8	16,1	198,8	322	45,31 Р
	Чай с сахаром (вариант 2)	180	0,1	0	5,1	21,1	54-45гн	2,18 Р
	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	Пром	2,38 Р
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		410	11,7	11,6	41	315,5		57,87 Р

Зав. производством

К. Коняева С.М.



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2023 года

Прем визи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 8	Салат из свеклы с курагой и изюмом	80	1,4	4,3	13,3	97,9	54-14з	10,74 Р
ЗАВТРАК	Макароны отварные с овощами	150	4,7	6,1	26,5	180,9	54-2г	12,02 Р
	Биточки паровые	90	13,4	12,2	10,4	199,4	281	57,86 Р
	Чай с сахаром (вариант 2)	180	0,1	0	5,1	21,1	54-45гн	2,18 Р
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,17 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		540	22,4	23	71,8	580,4		85,56 Р
ОБЕД	Салат из отварной моркови с сыром	80	2,5	10,2	4,1	117,4	69	10,85 Р
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,6	3,2	9,4	73,4	82	12,34 Р
	Каша вязкая (рисовая)	150	2,2	3,5	22,5	130,2	303	12,36 Р
	Биточки рыбные (мингай)	90	11,7	3,7	13,8	133,9	234/363	54,20 Р
	Компот из яблок с лимоном	200	0,3	0,2	11,1	46,2	54-34хн	5,24 Р
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром	2,35 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		780	22,6	21,3	87,3	629,1		98,93 Р
ПОЛДНИК	Суп молочный с крупой	200	3,5	3,3	14,3	101,1	121	17,81 Р
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,3	0,0	6,0	24,9	54-3гн	4,91 Р
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром	2,35 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		420	6,8	3,6	40	219,8		25,07 Р

Зав.производством К. Комиссарова С.Н.



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2023 года.

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 9	Рагу из овощей	150	2,2	5,8	13	113,3	187	19,45 Р
ЗАВТРАК	Биточек из курицы	90	9,2	9,2	9,8	159,3	309/363	48,98 Р
	Чай с сахаром (вариант 2)	180	0,1	0	5,1	21,1	54-45гн	2,18 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		570	15,5	15,8	59,2	442,6		81,96 Р
ОБЕД	Суп куриный	200	3,5	3,4	8,7	79,9	152	12,10 Р
	Каша вязкая (пшеничная)	150	3,6	4,2	20,2	132,8	303	13,06 Р
	Сердце в соусе	100	12,7	8,7	4,8	149,4	262/330	59,20 Р
	Компот из плодов свежих	200	0,2	0,1	19,7	78,9	452	5,06 Р
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром	2,35 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		810	24,7	17,3	89,6	613,4		101,36 Р
ПОЛДНИК	Котлеты картофельные с творогом	150	8,5	5,1	27,2	188,4	149	24,52 Р
	Кисломолочный продукт (снежок)	180	4,9	4,5	19,4	137,7	Пром	14,40 Р
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром	2,35 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		370	16,4	9,9	66,3	419,9		41,27 Р

Зав. производством И. Комиссаров С.Н.



МЕНЮ

Возрастная категория: дети 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц _____ число _____ 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 10	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	70	8,02 Р
ЗАВТРАК	Картофель в молоке	180	3,9	3,9	21,4	136,2	161	13,20 Р
	Котлеты из говядины	100	16	15	17	260,5	268	56,38 Р
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0,4	33	136	386	15,00 Р
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,17 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	23,8	19,8	89,4	622,3		95,36 Р
ОБЕД	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	70	8,02 Р
	Щи по-уральски (с крупой)	200	1,5	2,6	6,6	56,4	93	13,24 Р
	Рагу из мяса птицы (курица)	240	18,7	22,8	23,3	370,8	334	79,16 Р
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0,4	33,0	136,0	386	15,00 Р
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром	2,35 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		760	25,6	26,4	90,8	699,7		119,36 Р
ПОЛДНИК	Омлет натуральный/горошек зеленый	80/70	8,6	9,9	5,9	146,8	232/22	52,65 Р
	Кисломолочный продукт (ряженка)	180	5,2	4,5	7,6	91,6	Пром	14,40 Р
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,7	93,8	Пром	2,35 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		370	16,8	14,7	33,2	332,2		69,40 Р

Зав. производством

В. Комиссаров С.Н.