



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год
 Понедельник 1 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Котлеты куриные рубленые	90	9,8	12,4	5	185
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
389	Сок фруктовый	200	0,8	0,2	20,6	86,6
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
Итого			19,625	18,7	85,335	597,35

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
96	Рассольник Ленинградский	200	1,84	5	15	108
Фирменное блюдо	Котлеты куриные рубленые	90	9,8	12,4	5	185
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
389	Сок фруктовый	200	0,8	0,2	20,6	86,6
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
Итого			21,465	23,7	100,34	705,35



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Вторник 1 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
256	Мясо тушеное	90	10	11,55	4,9	200,5
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,45	208,7
686	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	15,2	45
ПР	Мучное изделие	30/50	4,18	1,6	22,43	145
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		19,83	18,9	93,94	664,5

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,44	4,5	6,5	67,58
256	Мясо тушеное	90	10	11,55	4,9	200,5
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,45	208,7
686	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	15,2	45
ПР	Мучное изделие	30/50	4,18	1,6	22,43	145
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		21,27	23,4	100,44	732,08



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Среда 1 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Гуляш из куриного филе	90	7,27	10,8	5,65	161
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,1	6,9	35,9	241,8
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58
338	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,9	44,4
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		19,695	18,7	93,485	628,95

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,7	5	10,4	78,72
Фирменное блюдо	Гуляш из куриного филе	90	7,27	10,8	5,65	161
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,1	6,9	35,9	241,8
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58
338	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,9	44,4
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		21,395	23,7	103,89	707,67



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Четверг 1 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
54-15з-2020/	Консервы овощные закусочные	50	0,72	3,5	4,6	59,1
Фирменное блюдо	Курица запеченная	90	7,3	8	0	133
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
372	Компот из свежих ягод	200	0,2	0,1	20,6	58,67
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		17,245	17,7	84,935	576,52

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
54-15з-2020/	Консервы овощные закусочные	50	0,72	3,5	4,6	59,1
113	Суп-лапша домашняя	200	4,08	6	16	129,36
Фирменное блюдо	Курица запеченная	90	7,3	8	0	133
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
372	Компот из свежих ягод	200	0,2	0,1	20,6	58,67
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		21,325	23,7	100,94	705,88

Утверждаю
 Директор ООО
 "Новая Система Услуг"
 А.С. Павлов



Согласовано

Директор
 МАОУ СОШ №4
 В.С.Трофимова



(подпись)
 М.П.

Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Пятница 1 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Пельмени отварные	200	6,2	12	20	199,9
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	25,74	124
223	Запеканка из творога с молоком сгущённым	60 (50/10)	6,3	5,9	6,7	100,26
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		16,825	18,5	79,475	547,91

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	4	5	16,28	133,14
551	Гренки из пшеничного хлеба	10	0,6	0,08	4,9	23,5
Фирменное блюдо	Пельмени отварные	200	6,2	12	20	199,9
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	25,74	124
223	Запеканка из творога с молоком сгущённым	60 (50/10)	6,3	5,9	6,7	100,26
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		21,425	23,58	100,66	704,55



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Понедельник 2 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Котлеты домашние	90	8,5	12,4	0	190
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
372	Компот из свежих ягод	200	0,2	0,1	20,6	58,67
ПР	Мучное изделие	30/50	4,18	1,6	22,43	131
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		19,93	19,95	90,69	646,97

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,44	3,98	6,5	67,58
Фирменное	Котлеты домашние	90	8,5	12,4	0	190
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
372	Компот из свежих ягод	200	0,2	0,1	20,6	58,67
ПР	Мучное изделие	30/50	4,18	1,6	22,43	131
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		21,37	23,93	97,19	714,55



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Вторник 2 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
47	Салат из квашеной капусты	50	0,4	1,5	2,4	20
Фирменное блюдо	Гуляш из куриного филе	90	7,27	10,8	5,65	161
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,1	6,9	35,9	200
389	Сок фруктовый	200	0,8	0,2	20,6	86,6
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
Итого			20,295	20	91,585	591,35

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
47	Салат из квашеной капусты	50	0,4	1,5	2,4	20
54-9с-2020	Суп картофельный с фасолью	200	1	3,7	9	110
Фирменное блюдо	Гуляш из куриного филе	90	7,27	10,8	5,65	161
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,1	6,9	35,9	200
389	Сок фруктовый	200	0,8	0,2	20,6	86,6
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
Итого			21,3	23,7	100,59	701,35



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Среда 2 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
291	Плов из птицы	230	11,4	20	18	293,25
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	25,74	124
338	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,9	44,4
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
Итого			16,125	21	80,675	585,4

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,16	2,78	18,5	119,6
291	Плов из птицы	230	11,4	20	18	293,25
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	25,74	124
338	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,9	44,4
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
Итого			21,285	23,78	99,175	705

Утверждаю
 Директор ООО
 "Новая Система Услуг"
 А.С. Павлов
 (подпись)
 М.П.



Согласовано
 Директор
 МАОУ СОШ №4
 В.С.Трофимова
 (подпись)
 М.П.



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Четверг 2 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Курица запеченная	90	7,3	8	0	133
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	9,9	37	233,5
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
Итого			14,325	18,5	79,035	548,25

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,68	4,6	16,28	133,14
551	Гренки из пшеничного хлеба	10	0,6	0,08	4,9	23,5
Фирменное блюдо	Курица запеченная	90	7,3	8	0	133
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	9,9	37	233,5
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
Итого			21,605	23,18	100,22	704,89

Утверждаю
 Директор ООО
 "Новая Система Услуг"
 А.С. Павлов



Согласовано
 Директор
 МАОУ СОШ №4
 В.С.Трофимова



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Пятница 2 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Азу (мясо тушеное с овощами)	90	10,9	13	4,86	242
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
342	Компот из свежих плодов (из яблок)	200	0,16	0,16	23,88	50
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
		Итого	20,085	19,26	88,475	617,75

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,7	4,64	10,4	78,72
Фирменное блюдо	Азу (мясо тушеное с овощами)	90	10,9	13	4,86	242
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
342	Компот из свежих плодов (из яблок)	200	0,16	0,16	23,88	50
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
		Итого	21,785	23,9	98,875	696,47