



Шашенкова Л.Н.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор школы



**МЕНЮ**

1 октября 2024

1 день

| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|---------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|   |              |               | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |
| <b>Горячее питание 1-4 класс</b>            |              |               |                  |             |             |                               |             |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                              | 60           | 20,00         | 0,7              | 0,1         | 2,3         | 14,5                          |             |
| ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ КУР                            | 200          | 90,00         | 16,3             | 23,5        | 33,8        | 412,4                         | 291         |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                               | 200/15/7     | 7,00          | 0,2              | 0           | 15,0        | 61,6                          | 377         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30           | 3,00          | 2                | 0,3         | 12,7        | 61,2                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>512</b>   | <b>120,00</b> | <b>19,2</b>      | <b>23,9</b> | <b>63,8</b> | <b>549,7</b>                  |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_

"СОГЛАСОВАНО"

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП \_\_\_\_\_ Шашенкова Л.Н.

Директор школы \_\_\_\_\_



МЕНЮ

2 октября

2 день

| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|---------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|   |              |               | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |
| Горячее питание 1-4 класс                   |              |               |                  |             |             |                               |             |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ                    | 60           | 17,00         | 1,8              | 0,1         | 3,8         | 23,3                          | к/к         |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                           | 100          | 46,00         | 9,5              | 17,2        | 1,8         | 198,5                         | 210         |
| ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ                       | 90           | 47,00         | 19,7             | 23,2        | 8,1         | 319,6                         | 295         |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                               | 200/15/7     | 7,00          | 0,2              | 0           | 15,0        | 61,6                          | 377         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30           | 3,00          | 2                | 0,3         | 12,7        | 61,2                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>502</b>   | <b>120,00</b> | <b>33,2</b>      | <b>40,8</b> | <b>41,4</b> | <b>664,2</b>                  |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_

"СОГЛАСОВАНО"

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП \_\_\_\_\_ Шашенкова Л.Н.

Директор школы \_\_\_\_\_



МЕНЮ

3 октября

3 день

| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|---------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|   |              |               | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |
| Горячее питание 1-4 класс                   |              |               |                  |             |             |                               |             |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ           | 60           | 15,00         | 0,8              | 3,6         | 2,9         | 48,6                          | 23          |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                         | 200          | 92,00         | 18,9             | 21,4        | 19,5        | 346,8                         | 259         |
| КАКАО С МОЛОКОМ                             | 200          | 10,00         | 3,9              | 3,3         | 16,7        | 113,2                         | 382         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40           | 3,00          | 2,6              | 0,4         | 17          | 81,6                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>500</b>   | <b>120,00</b> | <b>26,2</b>      | <b>28,7</b> | <b>56,1</b> | <b>590,2</b>                  |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_

"СОГЛАСОВАНО"

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Шашенкова Л.Н. Директор школы



**МЕНЮ**

4 октября

4 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|---------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                |              |               | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |
| Горячее питание 1-4 класс      |              |               |                  |             |             |                               |             |
| КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ              | 150          | 35,00         | 5,9              | 9,4         | 22,8        | 201,2                         | 173         |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ    | 50           | 48,00         | 5,8              | 9,4         | 15,4        | 170,6                         | 3           |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                  | 200/15/7     | 7,00          | 0,2              | 0           | 15,0        | 61,6                          | 377         |
| ЙОГУРТ М.Д.Ж 2,5 %             | 95           | 30,00         | 2,7              | 2,4         | 4,3         | 53,7                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>517</b>   | <b>120,00</b> | <b>14,6</b>      | <b>21,2</b> | <b>57,5</b> | <b>487,1</b>                  |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_

"СОГЛАСОВАНО"

"УТВЕРЖДАЮ"



"УТВЕРЖДАЮ"

"СОГЛАСОВАНО"



Шашенкова  
Директор школы

Директор школы



МЕНЮ

07 октября 2024 ГОДА

7 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|---------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                |              |               | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |
| Горячее питание 1-4 класс      |              |               |                  |             |             |                               |             |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ  | 60           | 10,00         | 1,0              | 2,9         | 5,2         | 51,9                          | 45          |
| ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА        | 100          | 90,00         | 17,2             | 18,5        | 2,5         | 245,2                         | 246         |
| РИС ОТВАРНОЙ                   | 150          | 10,00         | 3,6              | 5,9         | 38,5        | 222                           | 304         |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                  | 200/15/7     | 7,00          | 0,2              | 0           | 15,0        | 61,6                          | 377         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.     | 30           | 3,00          | 2                | 0,3         | 12,7        | 81,2                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>562</b>   | <b>120,00</b> | <b>24,0</b>      | <b>27,6</b> | <b>73,9</b> | <b>641,9</b>                  |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_



Шашенкова  
Директор школы

Директор школы

"СОГЛАСОВАНО"



МЕНЮ

08 октября 2024 ГОДА

8 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|---------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                |              |               | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |
| Горячее питание 1-4 класс      |              |               |                  |             |             |                               |             |
| КАША "ДРУЖБА"                  | 150          | 35,80         | 4,2              | 7,9         | 23,8        | 183,4                         | 175         |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА           | 50           | 39,20         | 6,9              | 5,9         | 7,6         | 112,7                         | 223         |
| КАКАО С МОЛОКОМ                | 200          | 10,00         | 3,9              | 3,3         | 16,7        | 113,2                         | 382         |
| ЙОГУРТ М.Д.Ж.2,5 %             | 95           | 30,00         | 2,7              | 2,4         | 4,3         | 53,7                          |             |
| БАТОН                          | 35           | 5,00          | 2,6              | 1           | 18          | 91,7                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>530</b>   | <b>120,00</b> | <b>20,3</b>      | <b>20,5</b> | <b>70,4</b> | <b>554,7</b>                  |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_

"УТВЕРЖДАЮ"

ИИ \_\_\_\_\_ шашенкова

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы \_\_\_\_\_



п.н. *Ирина Шашенкова*

МЕНЮ

09 октября 2024 ГОДА

9 день



| Прием пищи, наименование блюда               | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|--------------|---------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|  |              |               | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |
| <b>Горячее питание 1-4 класс</b>             |              |               |                  |             |             |                               |             |
| САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ                  | 60           | 15,00         | 0,7              | 0,1         | 5,1         | 24,5                          | 59          |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                | 200          | 97,00         | 17,0             | 21,8        | 17,4        | 335,8                         | 309         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                | 200          | 5,00          | 0,3              | 0           | 11,5        | 47,1                          | 376         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИМЕНТАМИ | 40           | 3,00          | 2,6              | 0,4         | 17          | 81,6                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                  | <b>500</b>   | <b>120,00</b> | <b>20,6</b>      | <b>22,3</b> | <b>51,0</b> | <b>489,0</b>                  |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_

"УТВЕРЖДАЮ"

ИИ \_\_\_\_\_ шашенкова

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы \_\_\_\_\_



п.н. *Ирина Шашенкова*

МЕНЮ

10 октября 2024 год

10 день



| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------------|--------------|---------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                      |              |               | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |
| <b>Горячее питание 1-4 класс</b>     |              |               |                  |             |             |                               |             |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 155          | 36,00         | 4,7              | 4,4         | 14,2        | 116,1                         | 120         |
| БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ                   | 50           | 25,00         | 5,8              | 9,4         | 15,4        | 170,6                         | 3           |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ                 | 100          | 19,00         | 0,4              | 0,4         | 9,5         | 45,6                          | 338         |
| КАКАО С МОЛОКОМ                      | 200          | 10,00         | 3,9              | 3,3         | 16,7        | 113,2                         | 382         |
| ЙОГУРТ М.Д.Ж.2,5                     | 95           | 30,00         | 2,7              | 2,4         | 4,3         | 53,7                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          | <b>600</b>   | <b>120,00</b> | <b>17,5</b>      | <b>19,9</b> | <b>60,1</b> | <b>499,2</b>                  |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_

"УТВЕРЖДАЮ"

"СОГЛАСОВАНО"



шашенкова

п.п.

Директор школы



МЕНЮ  
11 октября 2024 год

11 день

| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|--------------|---------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|   |              |               | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |
| Горячее питание 1-4 класс                   |              |               |                  |             |             |                               |             |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                     | 60           | 10,00         | 0,6              | 3,6         | 1,7         | 41,0                          | 20          |
| МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ              | 100          | 85,00         | 17,9             | 19,7        | 2,8         | 259,4                         | 256         |
| КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ                   | 150          | 12,00         | 4,5              | 4,5         | 32,1        | 187,5                         | 171         |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                               | 200          | 10,00         | 2,9              | 2,4         | 15,7        | 96,6                          | 378         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30           | 3,00          | 2                | 0,3         | 12,7        | 61,2                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>540</b>   | <b>120,00</b> | <b>27,9</b>      | <b>30,5</b> | <b>65,0</b> | <b>645,7</b>                  |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_



"УТВЕРЖДАЮ"

"СОГЛАСОВАНО"

ИП \_\_\_\_\_ Шашенкова Л.Н.

Директор школы \_\_\_\_\_



МЕНЮ

14 октября 2024 год

1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|---------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                |              |               | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |
| Горячее питание 1-4 класс      |              |               |                  |             |             |                               |             |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ                 | 60           | 20,00         | 0,7              | 0,1         | 2,3         | 14,5                          |             |
| ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ КУР               | 200          | 90,00         | 16,3             | 23,5        | 33,8        | 412,4                         | 291         |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                  | 200/15/7     | 7,00          | 0,2              | 0           | 15,0        | 61,6                          | 377         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.     | 30           | 3,00          | 2                | 0,3         | 12,7        | 61,2                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>512</b>   | <b>120,00</b> | <b>19,2</b>      | <b>23,9</b> | <b>63,8</b> | <b>549,7</b>                  |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_

"УТВЕРЖДАЮ"

"СОГЛАСОВАНО"

ИП \_\_\_\_\_ Шашенкова

Директор школы \_\_\_\_\_

П.Н.

МЕНЮ

15 октября 2024 год

2 день



| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|---------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|
|                                |              |               | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |
| Горячее питание 1-4 класс      |              |               |                  |             |             |                               |             |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ   | 150          | 35,20         | 5,2              | 8,2         | 26,9        | 202,2                         | 182         |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА              | 50           | 39,80         | 9,5              | 7,8         | 12,9        | 167,1                         | 222         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ     | 200          | 10,00         | 3,1              | 2,4         | 17,2        | 103,5                         | 379         |
| БАТОН                          | 30           | 5,00          | 2,3              | 0,9         | 15,4        | 78,6                          |             |
| ЙОГУРТ М.Ж.Д.2,5 %             | 95           | 30,00         | 1,9              | 1,4         | 2,9         | 45,6                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    | <b>525</b>   | <b>120,00</b> | <b>22,0</b>      | <b>20,7</b> | <b>75,3</b> | <b>597,0</b>                  |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_