



"СОГЛАСОВАНО"

ИП Шашенкова Л.Н.



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор школы

МЕНЮ

26 февраля 2024 год

7 день

| Прием пищи, наименование блюда          | Масса порции 7-11 лет | Масса порции 12-18 лет | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|-----------------------|------------------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|   |                       |                        | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                          |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ<br>КОНСЕРВИРОВАННАЯ     | 60                    | 100                    | 1,1              | 5,3         | 4,6          | 71,4                          |             |
| ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО<br>МЯСА              | 100                   | 100                    | 17,2             | 18,5        | 2,5          | 245,2                         | 246         |
| РИС ОТВАРНОЙ                            | 150                   | 180                    | 3,6              | 5,9         | 38,5         | 222                           | 304         |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                           | 200/15/7              | 200/15/7               | 0,2              | 0           | 15,0         | 61,6                          | 377         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГ.           | 30                    | 50                     | 2                | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>             | <b>562</b>            | <b>652</b>             | <b>24,1</b>      | <b>30</b>   | <b>73,3</b>  | <b>661,4</b>                  |             |
| <b>Обед</b>                             |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| САЛАТ ИЗ ГОРОШКА<br>ЗЕЛЕНОГО            | 60                    | 100                    | 1,7              | 3           | 3,6          | 48,6                          |             |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>КРУПОЙ            | 200                   | 250                    | 2,4              | 2,4         | 15,3         | 92,1                          | 101         |
| КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ                          | 90                    | 100                    | 9,5              | 11,4        | 10,3         | 185,0                         | 268         |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 150/5                 | 180/5                  | 5,6              | 4,7         | 35,9         | 208,5                         | 203         |
| СОУС ТОМАТНЫЙ 783                       | 50                    | 50                     | 0,5              | 2,4         | 3,4          | 37,6                          | 783         |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ          | 200                   | 200                    | 0                | 0           | 15,5         | 61,9                          | 349         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГ.           | 40                    | 60                     | 2,6              | 0,4         | 17           | 81,6                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>             | <b>795</b>            | <b>945</b>             | <b>22,3</b>      | <b>24,3</b> | <b>101</b>   | <b>715,3</b>                  |             |
| <b>Полдник</b>                          |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ<br>СВЕЖИЕ С САХАРОМ     | 200                   | 200                    | 1,4              | 0,3         | 43,0         | 188,7                         | 339         |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                        | 200                   | 200                    | 5,9              | 5,1         | 9,8          | 110,5                         | 385         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>             | <b>400</b>            | <b>400</b>             | <b>7,3</b>       | <b>5,4</b>  | <b>52,8</b>  | <b>299,2</b>                  |             |
| <b>Всего за день:</b>                   |                       |                        | <b>53,7</b>      | <b>59,7</b> | <b>227,1</b> | <b>1675,9</b>                 |             |

Зав. производством

"СОГЛАСОВАНО"

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП \_\_\_\_\_ Шашенкова Л.Н.

Директор школы \_\_\_\_\_

МЕНЮ

27 февраля 2024 год

8 день



| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции 7-11 лет | Масса порции 12-18 лет | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|-----------------------|------------------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|   |                       |                        | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                              |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| КАША "ДРУЖБА"                               | 150                   | 200                    | 4,2              | 7,9         | 23,8         | 183,4                         | 175         |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                        | 50                    | 100                    | 6,9              | 5,9         | 7,6          | 112,7                         | 223         |
| КАКАО С МОЛОКОМ                             | 200                   | 200                    | 3,9              | 3,3         | 16,7         | 113,2                         | 382         |
| ЙОГУРТ М.Д.Ж.2,5 %                          | 95                    | 95                     | 2,7              | 2,4         | 4,3          | 53,7                          |             |
| БАТОН                                       | 35                    | 50                     | 2,6              | 1           | 18           | 91,7                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>530</b>            | <b>645</b>             | <b>20,3</b>      | <b>20,5</b> | <b>70,4</b>  | <b>554,7</b>                  |             |
| <b>Обед</b>                                 |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ           | 60                    | 100                    | 0,5              | 3           | 1,7          | 36,7                          | 21          |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ                | 200                   | 250                    | 1,5              | 4,0         | 10,0         | 82,5                          | 82          |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                             | 90                    | 120                    | 8,4              | 7,5         | 12,3         | 151,2                         | 2620        |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                           | 150                   | 180                    | 3,2              | 5,3         | 21,4         | 145,7                         | 128         |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                      | 200                   | 200                    | 0,2              | 0,2         | 23,2         | 95,6                          | 342         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40                    | 60                     | 2,6              | 0,4         | 17           | 81,6                          |             |
| БАТОН                                       | 50                    | 60                     | 3,8              | 1,5         | 25,7         | 131                           |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>790</b>            | <b>970</b>             | <b>20,2</b>      | <b>21,9</b> | <b>111,3</b> | <b>724,3</b>                  |             |
| <b>Полдник</b>                              |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ           | 200                   | 200                    | 1                | 0,2         | 19,6         | 83,4                          | 389         |
| БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ                         | 100                   | 50                     | 5,7              | 22,8        | 38,8         | 383,5                         | 1           |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>300</b>            | <b>350</b>             | <b>6,7</b>       | <b>23,0</b> | <b>58,4</b>  | <b>466,9</b>                  |             |
| <b>Всего за день:</b>                       |                       |                        | <b>47,2</b>      | <b>65,4</b> | <b>240,1</b> | <b>1745,9</b>                 |             |

Зав. \_\_\_\_\_  
производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

ИП

Шашенкова Л.Н.

Людмила Николаевна

документов

ОГРНИП 320463200042213  
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ

Шашенкова Л.Н.

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ

28 февраля 2024 год

9 день



| Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции 7-11 лет | Масса порции 12-18 лет | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|-----------------------|------------------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|  |                       |                        | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                                   |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ              | 60                    | 100                    | 0,8              | 3,5         | 3,9          | 51,1                          | 55          |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ                                    | 200                   | 200                    | 17,0             | 21,8        | 17,4         | 335,8                         | 309         |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                       | 200                   | 200                    | 3,1              | 2,4         | 17,2         | 103,5                         | 376         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ      | 40                    | 50                     | 2,6              | 0,4         | 17           | 81,6                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>500</b>            | <b>550</b>             | <b>23,5</b>      | <b>28,1</b> | <b>55,5</b>  | <b>572</b>                    |             |
| <b>Обед</b>                                      |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 60                    | 100                    | 1,1              | 3,7         | 6,4          | 63,3                          | 40          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ                      | 200                   | 250                    | 3,1              | 4,1         | 17,6         | 118,9                         | 108         |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ                          | 200                   | 250                    | 16,9             | 37,1        | 13,7         | 458,7                         | 139-256     |
| СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ                | 200                   | 200                    | 1                | 0,2         | 19,6         | 83,4                          | 389         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ      | 40                    | 60                     | 2,6              | 0,4         | 17           | 81,6                          |             |
| ПЕЧЕНЬЕ  | 20                    | 20                     | 1,5              | 2           | 14,9         | 83,4                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>720</b>            | <b>880</b>             | <b>26,2</b>      | <b>47,5</b> | <b>889,3</b> | <b>889,3</b>                  |             |
| <b>Полдник</b>                                   |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)                      | 110                   | 150                    | 8,2              | 8,0         | 17,7         | 176,7                         | 217         |
| КАКАО С МОЛОКОМ                                  | 200                   | 200                    | 3,9              | 3,3         | 16,7         | 113,2                         | 382         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                      | <b>310</b>            | <b>350</b>             | <b>12,1</b>      | <b>11,3</b> | <b>34,4</b>  | <b>289,9</b>                  |             |
| <b>Всего за день:</b>                            |                       |                        | <b>61,8</b>      | <b>86,9</b> | <b>179,1</b> | <b>1751,2</b>                 |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_



"СОГЛАСОВАНО"

Для  
ШАШЕНКОВА  
Людмила Николаевна  
документов  
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ  
ОГРНИП 320463200042213

Шашенкова Л.Н.

Директор школы

"УТВЕРЖДАЮ"



*[Handwritten signature]*

МЕНЮ

29 февраля 2024 год

10 день

| Прием пищи, наименование блюда           | Масса порции 7-11 лет | Масса порции 12-18 лет | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|--|-----------------------|------------------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
|  |                       |                        | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                           |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ     | 155                   | 250                    | 4,7              | 4,4         | 14,2         | 116,1                         | 120         |
| БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ                       | 50                    | 50                     | 5,8              | 9,4         | 15,4         | 170,6                         | 3           |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ                     | 100                   | 100                    | 0,4              | 0,4         | 9,5          | 45,6                          | 338         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                            | 200                   | 200                    | 0,1              | 0           | 11           | 44,2                          | 376         |
| ЙОГУРТ М.Д.Ж.2,5                         | 95                    | 95                     | 2,7              | 2,4         | 4,3          | 53,7                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>              | <b>600</b>            | <b>595</b>             | <b>13,7</b>      | <b>16,6</b> | <b>54,4</b>  | <b>430,2</b>                  |             |
| <b>Обед</b>                              |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| ИКРА МОРКОВНАЯ                           | 60                    | 100                    | 1,2              | 4,4         | 6,2          | 70,7                          | 75          |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 200                   | 250                    | 6,2              | 5,8         | 14,3         | 135,4                         | 104         |
| РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ       | 100                   | 100                    | 12,6             | 9,1         | 3,8          | 153,1                         | 232         |
| РИС ОТВАРНОЙ                             | 150                   | 180                    | 3,6              | 5,9         | 38,5         | 222                           | 304         |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ              | 200                   | 200                    | 0                | 0           | 15,5         | 61,9                          | 349         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ  | 40                    | 60                     | 2,6              | 0,4         | 17           | 81,6                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>              | <b>750</b>            | <b>1090</b>            | <b>26,3</b>      | <b>25,4</b> | <b>95,3</b>  | <b>722,9</b>                  |             |
| <b>Полдник</b>                           |                       |                        |                  |             |              |                               |             |
| ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА                        | 100                   | 150                    | 11,0             | 7,7         | 34,4         | 248,4                         | 225         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                            | 200                   | 200                    | 0,3              | 0           | 11,5         | 47,1                          | 376         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>              | <b>300</b>            | <b>350</b>             | <b>11,3</b>      | <b>7,7</b>  | <b>45,9</b>  | <b>295,5</b>                  |             |
| <b>Всего за день:</b>                    |                       |                        | <b>51,3</b>      | <b>49,7</b> | <b>195,6</b> | <b>1448,6</b>                 |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_

*[Handwritten signature]*

"СОГЛАСОВАНО"

"УТВЕРЖДАЮ"



Шашенкова Л.Н.

Директор школы

МЕНЮ

01 марта 2024 год

11 день



| Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции 7-11 лет | Масса порции 12-18 лет | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры |
|---|-----------------------|------------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|
|   |                       |                        | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |             |
| <b>Завтрак</b>                              |                       |                        |                  |              |               |                               |             |
| САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ            | 60                    | 100                    | 2,16             | 6,12         | 4,68          | 82,2                          | 30          |
| МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ              | 100                   | 100                    | 17,9             | 19,7         | 2,8           | 259,4                         | 256         |
| КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ                   | 150                   | 180                    | 4,5              | 4,5          | 32,1          | 187,5                         | 171         |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                               | 200                   | 200                    | 2,9              | 2,4          | 15,7          | 96,6                          | 378         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30                    | 50                     | 2                | 0,3          | 12,7          | 61,2                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>540</b>            | <b>630</b>             | <b>29,46</b>     | <b>33,02</b> | <b>67,98</b>  | <b>686,9</b>                  |             |
| <b>Обед</b>                                 |                       |                        |                  |              |               |                               |             |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ                     | 60                    | 100                    | 2,8              | 5,7          | 4,2           | 79,8                          | 50          |
| СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ                   | 200                   | 250                    | 1,5              | 4,1          | 8,3           | 75,9                          | 98          |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ                  | 90                    | 100                    | 25,4             | 28,0         | 14,5          | 409,8                         | 294         |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                           | 150                   | 180                    | 3,2              | 5,3          | 21,4          | 145,7                         | 128         |
| СОУС ТОМАТНЫЙ 783                           | 50                    | 50                     | 0,5              | 2,4          | 3,4           | 37,6                          | 783         |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЭКСТРАТА                          | 200                   | 200                    | 0                | 0            | 29,3          | 117,1                         | 882         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40                    | 60                     | 2,6              | 0,4          | 17            | 81,6                          |             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>790</b>            | <b>940</b>             | <b>36,0</b>      | <b>45,9</b>  | <b>98,1</b>   | <b>947,5</b>                  |             |
| <b>Полдник</b>                              |                       |                        |                  |              |               |                               |             |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ                        | 100                   | 200                    | 0,4              | 0,4          | 9,5           | 45,6                          | 338         |
| КЕФИР                                       | 200                   | 150                    | 6                | 5,2          | 8,3           | 109,7                         | 386         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                 | <b>300</b>            | <b>350</b>             | <b>6,4</b>       | <b>5,6</b>   | <b>17,8</b>   | <b>155,3</b>                  |             |
| <b>Всего за день:</b>                       |                       |                        | <b>71,86</b>     | <b>84,52</b> | <b>183,88</b> | <b>1789,7</b>                 |             |

Зав. производством \_\_\_\_\_