

УТВЕРЖДАЮ
Индивидуальный пред-
приниматель
Скороходова О.В.

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ «СОШ № 2»
Н.Н. Габрина

МЕНЮ на 03.02.2025-07.02.2025
горячего питания 7 -11 лет
согласно договора (из расчета 104 рублей)

№ п/п	Наименование	Вы- ход	Пищевые вещества (г)			Энер- гети- че- ская цен- ность
			Белк и	Жир ы	Угле- воды	Ккал л
	1 день					
1	Овощи свежие порционно (томаты или томаты)	60	0,55	0,1	1,9	10
2	Голубцы ленивые с соусом красным	100	8,14	12,41	20,64	162,12
3	Макаронные изделия отварные	150	2,79	0,6	31,88	199,22
4	Чай с сахаром	180	0,2	0,00	14	53,3
5	Хлеб пшеничный /ржаной	30/20	7,57	6,64	15,13	162,3
	Итого	540	19,25	19,75	83,55	586,94
	2 день					
1	Салат из отварных овощей с зеленым горошком (свекла или мор- ковь)	60	1,12	5,1	4,1	64
2	Печень говяжья , тушенная в соусе	100	7,05	6,75	2,35	91,32
3	Картофельное пюре	150	3,2	1,2	35,31	167,19
4	Компот из изюма витаминизированный	180	0,31	0,06	26,86	103
5	Хлеб пшеничный/ ржаной	30/20	7,57	6,64	15,13	162,3
	Итого	540	19,25	19,75	83,75	587,81
	3 день					
1	Кондитерское изделие (печенье или вафли ,или пряник, или зефир)	20	1,75	1,4	22,5	74,9
2	Биточек куриный (грудка куриная) с соусом	120	7,03	8,49	10,86	145,26
4	Рис припущенный	150	2,9	3,22	13,66	119,71
5	Кисель витаминизированный «Витошка»	200	0	0	21,6	85,5
6	Хлеб пшеничный/ ржаной	30/20	7,57	6,64	15,13	162,3
	Итого	540	19,25	19,75	83,75	587,67
	4 день					
1	Фрукт свежий (яблоко или апельсин, или мандарин, или груша, или киви)	100	0,4	0,4	9,8	43
2	Биточки мясные из говядины с соусом	100	8,45	7,19	11,77	196,46
3	Каша пшеничная вязкая	150	2,53	5,52	40,35	158,04
4	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9
5	Хлеб пшеничный/ ржаной	30/20	7,57	6,64	15,13	162,3
	Итого	600	19,25	19,75	83,75	587,7
	5 день					
1	Винегрет овощной	60	0,48	0,06	1,56	9
2	Котлета рыбная (минтай с/м или горбуша с/м) с соусом	100	8,13	8,12	27,13	203
3	Картофель отварной с маслом	150	3,03	4,93	24,49	154,77
4	Компот из сухофруктов витаминизированный	180	0,04	0	15,44	58,06
5	Хлеб пшеничный/ ржаной	30/20	7,57	6,64	15,13	162,3
	Итого	540	19,25	19,75	83,75	587,13
	1 день					

МЕНЮ
горячего питания 12 -18 лет
согласно договора (из расчета 124 рублей)

№ п/п	Наименование	Вы- ход	Пищевые вещества (г)			Энер- гети- че- ская цен- ность Ккал л
			Белк и	Жир ы	Угле- воды	
	1 день					
1	Овощи свежие порционно (томаты или огурцы)	100	0,8	0,1	2,6	15
2	Голубцы ленивые с соусом	100	8,14	12,41	20,64	162,12
3	Макаронные изделия	180	5,79	3,85	43,38	287,3
4	Чай с сахаром	180	0,2	0	14	53,3
5	Хлеб пшеничный /ржаной	30/20	7,57	6,64	15,13	162,3
	Итого	610	22,5	23	95,75	680,02
	2 день					
	Салат из отварных овощей с зеленым горошком (свекла или мор- ковь)	100	1,86	8,5	6,75	106,58
1	Печень говяжья ,тушенная в соусе	100	7,05	6,75	2,35	91,32
2	Картофельное пюре	180	3,83	1,44	44,66	200,62
3	Компот из изюма витаминизированный	180	0,31	0,06	26,86	103
4	Хлеб пшеничный/ ржаной	30/20	7,57	6,64	15,13	162,3
5	Итого	610	20,62	23,39	95,75	663,82
	3 день					
	Кондитерское изделие (печенье или вафли, или пряник, или зефир)	20	1,75	1,4	22,5	74,9
1	Биточек куриный (грудка куриная) с соусом	120	7,03	8,49	10,86	145,26
3	Рис припущенный	200	5,48	5,61	24,75	192,1
4	Кисель витаминизированный «Витошка»	180	0	0	21,6	85,5
5	Хлеб пшеничный/ ржаной	30/20	7,57	6,64	15,13	162,3
	Итого	570	21,83	22,14	94,84	660,06
	4 день					
1	Фрукт свежий (яблоко или апельсин, или мандарин, или груша, или киви)	100	0,4	0,4	9,8	43
2	Биточки мясные из говядины с соусом	100/5	8,45	7,19	11,773	198,46
3	Каша пшеничная вязкая	180	4,85	1,7	51,04	224,82
4	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9
5	Хлеб пшеничный/ ржаной	30/20	7,57	6,64	15,13	162,3
	Итого	635	21,57	15,93	94,443	656,48
	5 день					
	Завтрак					
1	Винегрет овощной	100	0,9	0,1	3,16	16,66
2	Котлета рыбная (минтай) с соусом	105	8,13	8,12	27,13	205
3	Картофель отварной с маслом	180	3,63	5,91	29,38	185,72
4	Компот из сухофруктов витаминизированный	180	0,04	0	15,44	58,06
5	Хлеб пшеничный/ ржаной	30/20	7,57	6,64	15,13	162,3
	Итого:	615	20,27	20,77	90,24	627,74
	Итого:	615	21,44	23	95,75	680

МЕНЮ
горячего питания детей ОВЗ

Первый день

Завтрак с 7 по 11 лет:	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды	Ккал
Кондитерское изделие (печенье)	40	2,8	2,24	26	135,36
Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,5	24,7	192,6
Чай с сахаром	200	0,2	0	14	53,3
Хлеб пшеничный / ржаной	40/20	7,57	6,64	15,13	162,3
Итого: 74 руб.					
Завтрак с 12 по 18 лет:					
Кондитерское изделие (печенье)	40	2,8	2,24	26	135,36
Каша жидкая молочная овсяная	250	8,5	9,37	30,87	240,75
Чай с сахаром	200	0,2	0	14	53,3
Хлеб пшеничный / ржаной	50/30	10,09	7,85	19,4	191,85
Обед с 12 по 18 лет:					
Овощи свежие порционно (томаты)	100	0,9	0,1	3,16	16,66
Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,77	7,02	7,15	115,25
Пельмени отварные (говядина с маслом сливочным)	180/5	17,7	11,55	55,24	395,71
Компот из сухофруктов витаминизированный	180	0,04	0	15,44	58,06
Хлеб пшеничный / ржаной	70/40	13,87	10,79	26,65	263,92
Итого: 201 руб.					

Второй день

Завтрак с 7 по 11 лет:	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Угле- воды,г	Ккал
Салат из моркови с яблоком	60	0,4	4,06	2,86	49,46
Каша жидкая молочная рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5
Чай с молоком и сахаром	200	1,65	1,3	17,44	85
Хлеб пшеничный / ржаной	40/20	7,57	6,64	15,13	162,3
Итого: 74руб.					
Завтрак с 12 по 18 лет:					
Салат из моркови с яблоком	60	0,6	6,09	4,29	74,19
Каша жидкая молочная рисовая	250	6,62	6,75	35,87	230,62
Чай с молоком и сахаром	200	1,65	1,3	17,44	85
Хлеб пшеничный / ржаной	50/30	10,09	7,85	19,4	191,85
Обед с 12 по 18 лет:					
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,86	8,5	6,83	106,66
Рассольник ленинградский	250	5,92	7,25	17,02	156,9
Печень говяжья тушеная в соусе	100	4,35	1,9	2,35	47,02
Картофельное пюре	180	3,83	1,44	53,94	200,62
Компот из изюма витаминизированный	180	0,31	0,06	26,86	103
Хлеб пшеничный / ржаной	70/40	13,87	10,79	26,65	263,92
Итого: 201руб.					

Третий день

Завтрак с 7 по 11 лет:	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Ккал
Фрукт свежий	100	0,9	0,2	8,1	43
Каша жидкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9
Хлеб пшеничный / ржаной	40/20	7,57	6,64	15,13	162,3
Итого: 74руб.					
Завтрак с 12 по 18 лет:					
Фрукт свежий	100	0,9	0,2	8,1	43
Каша жидкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9
Хлеб пшеничный / ржаной	50/30	10,09	7,85	19,4	191,85
Обед с 12 по 18 лет:					
Овощи свежие порционно (томаты)	100	0,9	0,1	3,16	16,66
Суп крестьянский (крупа перловая)	250	6,4	7,22	13,45	144,47
Биточек куриный (грудка куриная)	100	6,71	8,63	9,1	143,96
Картофель отварной	180	3,63	5,91	29,38	185,72
Кисель витаминизированный «Витошка»	180	0	0	21,6	85,5
Хлеб пшеничный / ржаной	70/40	13,87	10,79	26,65	263,92
Итого: 201 руб.					

Четвертый день

Завтрак с 7 по 11 лет:	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды,г	Ккал
Макаронны отварные с сыром	150	7,9	6,8	28,6	207,7
Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
Хлеб пшеничный / ржаной	40/20	7,57	6,64	15,13	162,3
Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	43
Итого: 74руб.					
Завтрак с 12 по 18 лет:					
Макаронны отварные с сыром	200	10,53	9,06	38,13	276,93
Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
Хлеб пшеничный / ржаной	50/30	10,09	7,85	19,4	191,85
Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	43
Обед с 12 по 18 лет:					
Икра морковная	100	2	0,1	20,53	86,66
Суп из овощей	250	1,77	4,65	10,1	89
Биточек мясной с маслом	105	9,38	14,26	13,08	221,98
Каша пшеничная вязкая	180	3,96	6,62	40,94	268,14
Компот из свежих фруктов	180	0,14	0,14	25,09	96
Хлеб пшеничный / ржаной	70/40	13,87	10,79	26,65	263,92
Итого: 201 руб.					

Пятый день

Завтрак с 7 по 11 лет:	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Ккал
Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,87	5,67	22,32	167,77
Чай с молоком и сахаром	200	1,65	1,3	17,44	85
Хлеб пшеничный/ ржаной	40/20	7,57	6,64	15,13	162,3
Итого: 74 руб.					
Завтрак с 12 по 18 лет:					
Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,87	5,67	22,32	167,77
Чай с молоком и сахаром	200	1,65	1,3	17,44	85
Хлеб пшеничный/ ржаной	50/30	10,09	7,85	19,4	191,85
Обед с 12 по 18 лет:					
Овощи свежие порционно (огурцы)	100	0,8	0,1	2,6	15
Борщ со свежей капустой, картофелем со сме- таной	250	7,33	6,2	12,65	137,95
Котлета рыбная (минтай) с маслом сливоч- ным	100/5	3,56	6,65	11,07	122,07
Картофельное пюре	180	3,83	1,44	53,94	200,62
Компот из сухофруктов витаминизирован- ный	180	0,04	0	15,44	58,06
Хлеб пшеничный / ржаной	70/40	13,87	10,79	26,65	263,92
Итого: 201руб.					

МЕНЮ
горячего питания детей инвалидов

Первый день

Завтрак с 7 по 11 лет:	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды	Ккал
Кондитерское изделие (печенье)	40	2,8	2,24	26	135,36
Каша жидкая молочная овсяная	200	6,8	7,5	24,7	192,6
Чай с сахаром	200	0,2	0	14	53,3
Хлеб пшеничный / ржаной	40/20	7,57	6,64	15,13	162,3
Итого: 74руб.					
Завтрак с 12 по 18 лет:					
Кондитерское изделие (печенье)	40	2,8	2,24	26	135,36
Каша жидкая молочная овсяная	250	8,5	9,37	30,87	240,75
Чай с сахаром	200	0,2	0	14	53,3
Хлеб пшеничный / ржаной	50/30	10,09	7,85	19,4	191,85
Обед с 12 по 18 лет:					
Овощи свежие порционно (томаты)	100	0,9	0,1	3,16	16,66
Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,77	7,02	7,15	115,25
Пельмени отварные (говядина с маслом сливочным)	180/5	17,7	11,55	55,24	395,71
Компот из сухофруктов витаминизированный	180	0,04	0	15,44	58,06
Хлеб пшеничный / ржаной	70/40	13,87	10,79	26,65	263,92
Итого: 201 руб.					

Второй день

Завтрак с 7 по 11 лет:	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Угле- воды,г	Ккал
Салат из моркови с яблоком	60	0,4	4,06	2,86	49,46
Каша жидкая молочная рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5
Чай с молоком и сахаром	200	1,65	1,3	17,44	85
Хлеб пшеничный / ржаной	40/20	7,57	6,64	15,13	162,3
Итого: 74руб.					
Завтрак с 12 по 18 лет:					
Салат из моркови с яблоком	60	0,6	6,09	4,29	74,19
Каша жидкая молочная рисовая	250	6,62	6,75	35,87	230,62
Чай с молоком и сахаром	200	1,65	1,3	17,44	85
Хлеб пшеничный / ржаной	50/30	10,09	7,85	19,4	191,85
Обед с 12 по 18 лет:					
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,86	8,5	6,83	106,66
Рассольник ленинградский	250	5,92	7,25	17,02	156,9
Печень говяжья тушеная в соусе	100	4,35	1,9	2,35	47,02
Картофельное пюре	180	3,83	1,44	53,94	200,62
Компот из изюма витаминизированный	180	0,31	0,06	26,86	103
Хлеб пшеничный / ржаной	70/40	13,87	10,79	26,65	263,92
Итого: 201 руб.					

Третий день

Завтрак с 7 по 11 лет:	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Ккал
Фрукт свежий	100	0,9	0,2	8,1	43
Каша жидкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9
Хлеб пшеничный / ржаной	40/20	7,57	6,64	15,13	162,3
Итого: 74руб.					
Завтрак с 12 по 18 лет:					
Фрукт свежий	100	0,9	0,2	8,1	43
Каша жидкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9
Хлеб пшеничный / ржаной	50/30	10,09	7,85	19,4	191,85
Обед с 12 по 18 лет:					
Овощи свежие порционно (томаты)	100	0,9	0,1	3,16	16,66
Суп крестьянский (крупа перловая)	250	6,4	7,22	13,45	144,47
Биточек куриный (грудка куриная)	100	6,71	8,63	9,1	143,96
Картофель отварной	180	3,63	5,91	29,38	185,72
Кисель витаминизированный «Витошка»	180	0	0	21,6	85,5
Хлеб пшеничный / ржаной	70/40	13,87	10,79	26,65	263,92
Итого: 201 руб.					

Четвертый день

Завтрак с 7 по 11 лет:	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды,г	Ккал
Макаронны отварные с сыром	150	7,9	6,8	28,6	207,7
Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
Хлеб пшеничный / ржаной	40/20	7,57	6,64	15,13	162,3
Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	43
Итого: 74руб.					
Завтрак с 12 по 18 лет:					
Макаронны отварные с сыром	200	10,53	9,06	38,13	276,93
Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
Хлеб пшеничный / ржаной	50/30	10,09	7,85	19,4	191,85
Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	43
Обед с 12 по 18 лет:					
Икра морковная	100	2	0,1	20,53	86,66
Суп из овощей	250	1,77	4,65	10,1	89
Биточек мясной с маслом	105	9,38	14,26	13,08	221,98
Каша пшеничная вязкая	180	3,96	6,62	40,94	268,14
Компот из свежих фруктов	180	0,14	0,14	25,09	96
Хлеб пшеничный / ржаной	70/40	13,87	10,79	26,65	263,92
Итого: 201 руб.					

Пятый день

Завтрак с 7 по 11 лет:	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Ккал
Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,87	5,67	22,32	167,77
Чай с молоком и сахаром	200	1,65	1,3	17,44	85
Хлеб пшеничный/ ржаной	40/20	7,57	6,64	15,13	162,3
Итого: 74 руб.					
Завтрак с 12 по 18 лет:					
Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,87	5,67	22,32	167,77
Чай с молоком и сахаром	200	1,65	1,3	17,44	85
Хлеб пшеничный/ ржаной	50/30	10,09	7,85	19,4	191,85
Обед с 12 по 18 лет:					
Овощи свежие порционно (огурцы)	100	0,8	0,1	2,6	15
Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной	250	7,33	6,2	12,65	137,95
Котлета рыбная (минтай) с маслом сливочным	100/5	3,56	6,65	11,07	122,07
Картофельное пюре	180	3,83	1,44	53,94	200,62
Компот из сухофруктов витаминизированный	180	0,04	0	15,44	58,06
Хлеб пшеничный / ржаной	70/40	13,87	10,79	26,65	263,92
Итого: 201руб.					