



СОГЛАСОВАНО
Директор

ГБОУ СО ЕШИ № 6

Сидлячук Е.Е.



УТВЕРЖДАЮ
Директор

ООО "Общественное питание"

Фомин А.М.

МЕНЮ

1 день

Понедельник

Возраст детей 7-11 лет

Дата _____ 2025 г.

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг	Цена, руб
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
Завтрак										
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	200	8,89	2,67	6,24	0,8	39,02	247,8	0,03	29,47
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	5,08	4,6	0	0,28	62,78	0	16,00
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,83	38,66	0,78	5,15
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06	0	15,63
-	Батон витаминизированный	75	5,78	0	2,25	2,25	39,98	202,1	0	10,26
Итого за 'Завтрак'			19,95	7,83	20,36	3,08	89,23	617,5	0,81	76,51
Обед										
	Икра из кабачков	60	1,14	0	5,34	0,18	5,94	73,45	4,2	14,98
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	1,86	0	4,72	4,13	12,32	96,51	6,41	8,91
3/8/1	Жаркое по-домашнему с курицей ТТК	200	16,23	13,86	19,39	0,42	20,72	320,5	7,56	98,95
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0	0,06	0,06	23,18	87,6	0,32	23,93
-	Хлеб пшеничный	35	2,31	0	0,23	0,23	16,42	78,37	0	7,57
-	Хлеб ржаной	45	2,97	0	0,54	0,54	18,77	87,02	0	4,15
Итого за 'Обед'			25,53	13,86	30,28	5,56	97,34	743,4	18,48	158,49
Итого цена завтрак и обед										235,00
Полдник										
-	Фрукты	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68	10	26,20
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48	4	14,02
Итого за 'Полдник'			1,4	0	0,6	0,4	32,2	135,2	14	40,22
Ужин										
16/8	Биточки (котлеты) из мяса свинины паровые	90	10,18	9,2	19,4	0,09	5,77	238,8	0	76,93
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,58	0	1,72	1,72	34,47	170,9	0	5,38
31/10	Чай с молоком (вариант 2)	200	1,5	1,42	1,59	0,02	12,14	66,5	0,26	5,18
-	Хлеб пшеничный	45	2,98	0	0,3	0,3	21,11	100,8	0	4,82
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	0	2,10
Итого за 'Ужин'			23,21	10,63	23,36	2,49	86	635	0,26	94,41
2 ужин										
-	Снежок	200	5,4	0	2	0	32,4	153,1	3,2	18,37
Итого за '2 ужин'			5,4	0	2	0	32,4	153,1	3,2	18,37
Итого за день			75,5	32,32	76,6	11,52	337,2	2284	36,75	388,00



СОГЛАСОВАНО
Директор
ГБОУ СО ЕШИ № 6
Сидлярчук Е.Е.



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "Общественное питание"
Фомин А.М.

МЕНЮ

2 день

Вторник

Возраст детей 7-11 лет

Дата _____ 2025 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг	Цена, руб
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
Завтрак										
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	4,99	3	6,51	0,51	26,42	182,8	0,53	27,32
-	Масло сливочное	15	0,12	0,12	10,9	0	0,2	99,1	0	23,45
-	Батон витаминизированный	85	6,55	0	2,55	2,55	45,31	229,1	0	11,63
30/10	Чай с молоком	200	2,92	2,84	3,16	0,02	14,44	95,2	0,52	8,78
Итого за 'Завтрак'			14,58	5,96	23,1	3,08	86,36	606,2	1,05	71,18
Обед										
-	Свекла отварная	60	0,9	0	0,06	0,06	5,87	24,11	1,26	4,94
11/2	Рассольник "Ленинградский"	200	1,95	0	4,24	4,24	15,62	106,2	5,76	19,80
-	Сметана	5	0,12	0	0,66	0	0,16	7,171	0,01	6,00
9/8	Печень по-строгановски	90	11,47	10,61	12,8	5,73	2,62	171,9	6,18	91,67
46/3	Макаронные изделия отварные	200	7,07	0,04	3,97	0,88	45,48	245,3	0	22,50
-	Хлеб пшеничный	35	2,31	0	0,23	0,23	16,42	78,37	0	5,31
-	Хлеб ржаной	45	2,97	0	0,54	0,54	18,77	87,02	0	4,15
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0	0,1	0,1	14,6	55,74	39	9,45
Итого за 'Обед'			27,03	10,65	22,6	11,79	119,5	775,8	52,21	163,82
Итого цена завтрак и обед										235,00
Полдник										
51/3	Биточки (котлеты) картофельные с творогом запеченные	150	10,14	7,73	7,92	2,05	24,18	208,8	9,08	30,06
-	Напиток с витаминами Витошка	180	0	0	0	0	17,06	63,64	7,2	12,01
Итого за 'Полдник'			10,14	7,73	7,92	2,05	41,23	272,4	16,28	42,07
Ужин										
36/8/1	Тефтели из мяса с рисом (ежики) с соусом	90	8,24	7,06	14,3	0,13	10	200	2,89	67,65
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	0,55	3,67	0,51	22,07	132,6	5,45	15,88
-	Хлеб пшеничный	55	3,64	0	0,36	0,36	25,8	123,1	0	5,89
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35	0	2,80
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	4,95	19,22	0	0,97
Итого за 'Ужин'			17,7	7,61	18,8	1,51	79,5	552,3	8,34	93,19
2 ужин										
-	Кефир	200	5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4	17,74
Итого за '2 ужин'			5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4	17,74
Итого за день			75,26	37,74	78,8	18,42	334,6	2323	79,27	388,00

СОГЛАСОВАНО

Директор

ГБОУ СО ЕШИ № 6

Сидлярчук Е.Е.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "Общественное питание"

Фомин А.М.

МЕНЮ

3 день

Среда

Возраст детей 7-11 лет

Дата

2025 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг	Цена, руб
			всего	в т.ч. мг	всего	в т.ч. мг				
Завтрак										
24/2	Суп молочный с лапшой	200	5,29	3,99	5,96	0,15	16,02	137,7	0,73	21,90
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32	0	0	70,12	0,14	28,33
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06	0	14,30
-	Батон витаминизированный	75	5,78	0	2,25	2,25	39,98	202,1	0	9,38
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8	0	1,58
-	Фрукты	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68	10	36,23
Итого за 'Завтрак'			16,88	9,33	21,2	2,82	77,57	562,5	10,87	111,72
Обед										
27/1/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	60	0,67	0	3,57	3,57	4,68	50,95	0,93	7,65
3/2	Борщ со сметаной (вариант 2)	200	1,5	0	4,18	4,15	8,86	75,78	8,65	9,76
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	90	13,35	12,14	11,19	1,46	8,36	187,8	0,3	67,85
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8,61	0,06	6,83	2,32	45,65	265,9	0,9	12,02
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0	0,06	0,06	18,29	69,02	0,32	15,61
-	Хлеб пшеничный	40	2,64	0	0,26	0,26	18,76	89,56	0	6,94
-	Хлеб ржаной	35	2,31	0	0,42	0,42	14,6	67,68	0	3,45
Итого за 'Обед'			30,11	12,2	26,51	12,25	119,2	806,7	11,09	123,28
Итого цена завтрак и обед										235,00
Полдник										
56/3	Запеканка картофельная с овощами	150	4,94	2	6,71	0,56	23,83	173	2,56	26,77
18/10	Кисель из концентрата	200	0	0	0	0	31,21	125	7,72	16,89
Итого за 'Полдник'			4,94	2	6,71	0,56	55,05	298,1	10,28	43,66
Ужин										
40/8	Фрикадельки из мяса тушеные в соусе ттк	90	9,91	9,13	16,57	0,08	6,08	213,3	0,09	64,63
1/3	Картофель отварной	150	2,89	0,03	3,29	0,57	23,87	135,5	6,03	14,27
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0	0,02	0,02	5,06	20,53	0,78	4,55
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	112	0	4,65
-	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	20,85	96,69	0	3,50
Итого за 'Ужин'			19,53	9,16	20,82	1,61	79,31	578	6,9	91,60
2 ужин										
-	Кисло-молочный напиток	200	5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4	17,74
Итого за '2 ужин'			5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4	17,74
Итого за день			77,26	38,49	81,65	17,23	339,1	2362	40,54	388,00

СОГЛАСОВАНО

Директор

ГБОУ СО ЕШИ № 6

Сидлярчук Е.Е.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "Общественное питание"

Фомин А.М.

4 день

Четверг

Возраст детей 7-11 лет

Дата _____ 2025 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг	Цена, руб
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
Завтрак										
6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200	7,7	2,88	9,12	2,43	34,17	245,8	0,52	22,90
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32	0	0	70,12	0,14	23,35
-	Батон витаминизированный	30	2,31	0	0,9	0,9	15,99	80,86	0	3,75
32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	2,84	3,21	0,07	14,39	96,37	0,52	9,18
-	Фрукты	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68	10	28,20
Итого за 'Завтрак'			18,81	10,98	18,95	3,8	76,15	541,8	11,18	87,38
Обед										
5/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	60	0,98	0	3,61	3,61	6	58,15	18,4	9,63
31/2	Суп-пюре из разных овощей	200	2,43	0,88	3,96	0,18	11,56	88,76	6	23,09
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,2	0	1,28
12/8	Гуляш из куриного филе	90	13,1	12,46	13,91	0,08	4,79	195,8	0,79	69,84
43/3/1	Рис припущенный ТТК	150	3,63	0,03	3,18	0,51	38,26	196,7	0	24,60
7/10/	Напиток лимонный	200	0,14	0	0,02	0,02	20,34	80,17	2,56	14,40
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	0	2,68
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	0	2,10
Итого за 'Обед'			25,11	13,38	25,33	5,07	112,7	770	27,75	147,62
Итого цена завтрак и обед										235,00
Полдник										
18/12	Булочное изделие	100	8,12	0,21	3,37	2,01	55,6	284	0	8,80
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48	4	14,02
Итого за 'Полдник'			9,12	0,21	3,57	2,01	76,2	370,5	4	22,82
Ужин										
16/8	Биточки (котлеты) из мяса свинины паровые	90	10,18	9,2	19,4	0,09	5,77	238,8	0	84,99
32/3	Рагу из овощей	150	2,5	0	3,98	3,98	17,35	110,4	10,61	17,15
31/10	Чай с молоком (вариант 2)	200	1,5	1,42	1,59	0,02	12,14	66,5	0,26	5,18
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	0	2,68
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35	0	3,15
Итого за 'Ужин'			18,8	10,63	25,64	4,77	66,01	560,3	10,87	113,15
2 ужин										
-	Кефир	200	5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4	17,74
Итого за '2 ужин'			5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4	17,74
Итого за день			77,64	40,99	79,88	15,65	339	2359	55,21	388,00

СОГЛАСОВАНО

Директор

ГБОУ СО ЕШИ № 6

Сидлярчук Е.Е.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "Общественное питание"

Фомин А.М.

5 день

Пятница

Возраст детей 7-11 лет

Дата 2025 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг	Цена, руб
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
Завтрак										
2/6	Омлет запеченный или паровой	140	13,62	14,49	14,84	0	2,37	197,1	0,2	62,76
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	0	2,10
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06	0	16,30
-	Батон витаминизированный	70	5,39	0	2,1	2,1	37,31	188,7	0	8,75
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8	0	1,58
-	Печенье	50	3,75	0	4,9	0	38,35	211,1	0	10,52
Итого за 'Завтрак'			24,9	14,57	29,47	2,48	100,5	758,8	0,2	102,01
Обед										
-	Огурец соленый	60	0,47	0	0,06	0,06	1,47	8,403	2,94	20,28
16/2	Суп картофельный с бобовыми	200	4,43	0	4,45	4,45	19,45	131,2	4,52	8,01
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,2	0	1,28
19/7	Тефтели рыбные (минтай) с рисом в соусе	90	7,92	7,12	2,98	1,35	9,02	93,81	0,15	67,74
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	0,55	3,67	0,51	22,07	132,6	5,45	19,68
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0	0,1	0,1	14,6	55,74	39	9,45
-	Хлеб пшеничный	35	2,31	0	0,23	0,23	16,42	78,37	0	3,75
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35	0	2,80
Итого за 'Обед'			21,98	7,66	12,06	7,29	104,8	602,7	52,06	132,99
Итого цена завтрак и обед										235,00
Полдник										
-	Фрукты	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68	10	22,46
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48	4	14,02
Итого за 'Полдник'			1,4	0	0,6	0,4	32,2	135,2	14	36,48
Ужин										
4/8	Плов из мяса свинины	260	17,99	14,14	30,1	11,08	47,73	532	1,25	94,34
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,83	38,66	0,78	4,57
-	Хлеб пшеничный	20	1,32	0	0,13	0,13	9,38	44,78	0	1,70
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0	0,24	0,24	8,34	38,68	0	1,40
Итого за 'Ужин'			20,75	14,14	30,5	11,47	75,28	654,1	2,03	102,01
2 ужин										
38/10	Молоко кипяченое	200	5,81	5,81	6,41	0	9,42	117,4	1,37	14,51
Итого за '2 ужин'			5,81	5,81	6,41	0	9,42	117,4	1,37	14,51
Итого за день			74,84	42,19	79,04	21,64	322,2	2268	69,66	388,00

Директор
ГБОУ СОШ № 6
Сидячук Е.Е.

Директор
ООО "Общественное питание"
Фомин А.М.

МЕНЮ

6 день

Понедельник

Возраст детей 7-11 лет

Дата 2025 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг	Цена, руб
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
15/4	Каша ячневая молочная с	200	5,97	2,35	5,26	0,52	33,67	201,1	0,42	23,78
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32	0	0	70,12	0,14	27,35
-	Батон витаминизированный	40	3,08	0	1,2	1,2	21,32	107,8	0	5,00
36/10	Какао с молоком	200	3,64	2,9	3,34	0,6	24,1	134,8	0,52	11,94
-	Фрукты	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68	10	33,42
Итого за 'Завтрак'			18,35	10,51	15,5	2,72	90,69	562,5	11,08	101,49
Обед										
27/1/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	60	0,67	0	3,57	3,57	4,68	50,95	0,93	7,65
7/2	Щи из свежей капусты со сметаной (вариант 2)	200	1,54	0	2,42	2,15	8,01	57,2	11,11	9,17
12/8	Гуляш из мяса свинины	90	10,44	9,79	24,1	0,08	4,79	276,8	0,41	89,67
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,58	0	1,72	1,72	34,47	170,9	0	3,26
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0	0,06	0,06	18,29	69,02	0,32	15,61
-	Хлеб пшеничный	50	3,31	0	0,33	0,33	23,45	112	0	5,35
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35	0	2,80
Итого за 'Обед'			26,19	9,79	32,7	8,4	110,4	814,2	12,76	133,51
<i>Итого цена завтрак и обед</i>										<i>235,00</i>
Полдник										
51/3	Биточки (котлеты) картофельные с творогом запеченные	150	10,14	7,73	7,92	2,05	24,18	208,8	9,08	35,06
-	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	0	0	18,95	70,71	8	13,34
Итого за 'Полдник'			10,14	7,73	7,92	2,05	43,13	279,5	17,08	48,40
Ужин										
40/8	Фрикадельки из мяса тушеные в соусе ттк	90	9,91	9,13	16,6	0,08	6,08	213,3	0,09	65,00
32/3	Рагу из овощей	150	2,5	0	3,98	3,98	17,35	110,4	10,61	10,39
31/10	Чай с молоком (вариант 2)	200	1,5	1,42	1,59	0,02	12,14	66,5	0,26	5,18
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	0	3,21
-	Хлеб ржаной	35	2,31	0	0,42	0,42	14,6	67,68	0	2,45
Итого за 'Ужин'			18,21	10,55	22,8	4,69	64,23	525,1	10,96	86,23
2 ужин										
-	Снежок	200	5,4	0	2	0	32,4	153,1	3,2	18,37
Итого за '2 ужин'			5,4	0	2	0	32,4	153,1	3,2	18,37
Итого за день			78,3	38,59	80,9	17,86	340,8	2334	55,07	388,00

Директор

ГБОУ СО-ЕШИ № 6

Сидячук Е.Е.

Директор

ООО "Общественное питание"

Фомин А.М.

МЕНЮ

7 день

Возраст детей 7-11 лет

Дата 2025 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг	Цена, руб
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
Завтрак										
24/2	Суп молочный с лапшой	250	6,61	4,99	7,46	0,19	20,03	172,1	0,91	21,99
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	5,08	4,6	0	0,28	62,78	0	22,17
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06	0	17,30
-	Батон витаминизированный	70	5,39	0	2,1	2,1	37,31	188,7	0	8,75
31/10	Чай с молоком (вариант 3)	200	1,5	1,42	1,59	0,02	7,25	47,92	0,26	9,57
Итого за 'Завтрак '			18,66	11,57	22,99	2,31	65	537,5	1,17	79,78
Обед										
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	60	0,84	0	3,68	3,68	6,21	60,58	2,85	20,00
16/2	Суп картофельный с бобовыми	200	4,43	0	4,45	4,45	19,45	131,2	4,52	19,44
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,2	0	2,28
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (филе грудки)	90	13,35	12,14	11,19	1,46	8,36	187,8	0,3	67,85
11/3	Капуста тушеная	150	3,5	0	2,85	3,24	17,35	101,1	31,3	26,33
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0	0,1	0,1	14,6	55,74	39	9,98
-	Хлеб пшеничный	55	3,64	0	0,36	0,36	25,8	123,1	0	5,89
-	Хлеб ржаной	35	2,31	0	0,42	0,42	14,6	67,68	0	3,45
Итого за 'Обед'			29,15	12,14	23,15	13,82	111,5	752,5	77,97	155,22
Итого цена завтрак и обед			235,00							
Полдник										
-	Печенье	40	3	0	3,92	0	30,68	168,9	0	7,20
-	Фрукты	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68	10	26,20
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48	4	14,02
Итого за 'Полдник'			4,4	0	4,52	0,4	62,88	304,1	14	47,42
Ужин										
36/8/1	Тефтели из мяса с рисом (ежики) с соусом	100	9,15	7,85	15,85	0,15	11,53	223,8	3,21	61,30
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	0,55	3,67	0,51	22,07	132,6	5,45	12,21
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,83	38,66	0,78	5,15
-	Хлеб пшеничный	65	4,3	0	0,43	0,43	30,49	145,5	0	6,39
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35	0	2,80
Итого за 'Ужин'			19,32	8,39	20,45	1,59	90,6	617,9	9,44	87,85
2 ужин										
-	Кефир	200	5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4	17,74
Итого за '2 ужин'			5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4	17,74
Итого за день			77,3	37,9	77,5	18,13	338	2329	103,97	388,00

Директор

ГБОУ СО ЕШИ № 6

Сидлярчук Е.Е.

Директор

ООО "Общественное питание"

Фомин А.М.

МЕНЮ

8 день

Среда

Возраст детей 7-11 лет

Дата 2025 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг	Цена, руб
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
Завтрак										
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	200	8,89	2,67	6,24	0,8	39,02	247,8	0,03	29,47
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32	0	0	70,12	0,14	27,35
-	Батон витаминизированный	50	3,85	0	1,5	1,5	26,65	134,8	0	7,07
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0	0,02	0,02	5,06	20,53	0,78	4,55
-	Фрукты	100	0,4	0	0,4	0,4	11,6	48,68	10	36,20
Итого за 'Завтрак'			18,52	7,93	13,48	2,73	82,33	521,9	10,95	104,64
Обед										
-	Огурец соленый	60	0,47	0	0,06	0,06	1,47	8,403	2,94	22,60
20/2	Суп из овощей со сметаной	200	1,62	0	5,5	4,91	10,39	94,97	6,89	9,47
4/8	Плов из мяса свинины	200	13,84	10,88	23,15	8,52	36,71	409,2	0,96	76,28
7/10/	Напиток лимонный	200	0,14	0	0,02	0,02	20,34	80,17	2,56	14,40
-	Хлеб пшеничный	45	2,98	0	0,3	0,3	21,11	100,8	0	4,81
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35	0	2,80
Итого за 'Обед'			21,69	10,88	29,5	14,28	106,7	770,9	13,35	130,36
Итого цена завтрак и обед										235,00
Полдник										
56/3	Запеканка картофельная с овощами	150	4,94	2	6,71	0,56	23,83	173	2,56	29,62
18/10	Кисель из концентрата	180	0	0	0	0	28,09	112,5	6,95	18,20
Итого за 'Полдник'			4,94	2	6,71	0,56	51,93	285,5	9,51	47,82
Ужин										
40/8	Фрикадельки из мяса тушеные в соусе ттк	90	9,91	9,13	16,57	0,08	6,08	213,3	0,09	65,53
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,58	0	1,72	1,72	34,47	170,9	0	5,38
31/10	Чай с молоком (вариант 2)	200	1,5	1,42	1,59	0,02	12,14	66,5	0,26	8,18
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	0	3,21
-	Хлеб ржаной	55	3,63	0	0,66	0,66	22,94	106,4	0	3,85
Итого за 'Ужин'			23,6	10,55	20,74	2,68	89,7	624,3	0,35	86,15
2 ужин										
-	Кисло-молочный напиток	200	5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4	19,02
Итого за '2 ужин'			5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4	19,02
Итого за день			74,6	37,16	76,8	20,24	338,6	2319	35,55	388,00



МЕНЮ

9 день
Четверг

Возраст детей 7-11 лет

Дата _____ 2025 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг	Цена, руб
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
Завтрак										
11/4	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	6,54	2,36	6,6	1,32	32,56	214,3	0,42	28,89
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,26	5,32	0	0	70,12	0,14	23,35
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06	0	14,30
-	Батон витаминизированн ый	70	5,39	0	2,1	2,1	37,31	188,7	0	8,75
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0	0,02	0,02	9,83	38,66	0,78	10,11
Итого за 'Завтрак'			17,39	7,7	21,3	3,44	79,83	577,8	1,34	85,40
Обед										
	Икра из кабачков	60	1,14	0	5,34	0,18	5,94	73,45	4,2	14,98
3/2	Борщ со сметаной (вариант 2)	200	1,5	0	4,18	4,15	8,86	75,78	8,65	9,97
12/8	Гуляш из куриного филе	90	13,1	12,46	13,9	0,08	4,79	195,8	0,79	69,84
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	0,55	3,67	0,51	22,07	132,6	5,45	19,94
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0	0,06	0,06	23,18	87,6	0,32	23,93
-	Хлеб пшеничный	20	1,32	0	0,13	0,13	9,38	44,78	0	5,98
-	Хлеб ржаной	45	2,97	0	0,54	0,54	18,77	87,02	0	4,96
Итого за 'Обед'			24,17	13,01	27,8	5,65	92,99	697	19,41	149,60
Итого цена завтрак и обед										235,00
Полдник										
18/12	Булочное изделие	100	8,12	0,21	3,37	2,01	55,6	284	0	24,76
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48	4	14,02
Итого за 'Полдник'			9,12	0,21	3,57	2,01	76,2	370,5	4	38,78
Ужин										
36/8/1	Тефтели из мяса с рисом (ежики) с соусом	90	8,24	7,06	14,3	0,13	10,37	201,4	2,89	67,65
41/3	Каша перловая с овощами	200	6,55	0,07	5,86	0,79	49,53	266,9	1,07	23,47
27/10	Чай	200	0,08	0	0,02	0,02	9,84	37,8	0	3,58
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	0	1,08
-	Хлеб ржаной	45	2,97	0	0,54	0,54	18,77	87,02	0	0,70
Итого за 'Ужин'			18,18	7,11	19,4	1,48	90,2	593,6	3,69	96,48
2 ужин										
-	Кефир	200	5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4	17,74
Итого за '2 ужин'			5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4	17,74
Итого за день			74,7	33,83	78,5	12,59	347,2	2355	29,84	388,00

СОГЛАСОВАНО

Директор

ГБОУ СО ЕШИ № 6

Сидлярчук Е.Е.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "Общественное питание"

Фомин А.М.

МЕНЮ

10 день

Пятница

Возраст детей 7-11 лет

Дата 2025 г

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг	Цена, руб
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
Завтрак										
20/5	Суфле творожное	150	22,08	21,99	18,17	3,13	20,92	337	0,35	65,72
-	Молоко сгущенное	15	1,08	1,08	1,28	0	8,33	47,61	0,15	7,28
-	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0	0,13	66,06	0	14,30
-	Батон витаминизированный	75	5,78	0	2,25	2,25	39,98	202,1	0	9,38
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	4,95	19,22	0	0,97
-	Печенье	50	3,75	0	4,9	0	38,35	211,1	0	12,50
Итого за 'Завтрак'			32,85	23,15	33,87	5,4	112,6	883,2	0,5	110,15
Обед										
41/1	Салат из отварного картофеля с капустой квашеной, репчатым луком и растительным маслом	60	1,02	0	3,68	3,68	6,65	62,79	7,26	14,20
31/2	Суп-пюре из разных овощей	200	2,43	0,88	3,96	0,18	11,56	88,76	6	23,09
40/2	Гренки (сухарики)	10	0,86	0	0,1	0,11	5,12	25,2	0	1,28
18/7	Тефтели рыбные (минтай) в соусе	90	7,34	6,24	4,27	1,38	8,57	101,8	0,1	61,75
38/3	Рис припущенный с овощами	150	3,78	0	7,19	7,19	39,6	238	0,45	12,44
37/10	Напиток из шиповника	200	0,24	0	0,1	0,1	14,6	55,74	39	9,45
-	Хлеб пшеничный	15	0,99	0	0,1	0,1	7,04	33,59	0	1,59
-	Хлеб ржаной	15	0,99	0	0,18	0,18	6,26	29,01	0	1,05
Итого за 'Обед'			17,64	7,12	19,58	12,92	99,39	634,9	52,81	124,85
Итого цена завтрак и обед										235,00
Полдник										
-	Фрукты	160	0,64	0	0,64	0,64	18,56	77,89	16	41,92
-	Сок	200	1	0	0,2	0	20,6	86,48	4	14,02
Итого за 'Полдник'			1,64	0	0,84	0,64	39,16	164,4	20	55,94
Ужин										
56/8	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом свинины с овощами	200	13,21	10,04	16,51	1,58	31,42	324,4	14,56	68,74
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0	0,02	0,02	5,06	20,53	0,78	4,53
-	Хлеб пшеничный	40	2,64	0	0,26	0,26	18,76	89,56	0	4,10
-	Хлеб ржаной	65	4,29	0	0,78	0,78	27,11	125,7	0	4,52
Итого за 'Ужин'			20,26	10,04	17,58	2,64	82,35	560,2	15,34	81,89
2 ужин										
38/10	Молоко кипяченое	200	5,81	5,81	6,41	0	9,42	117,4	1,37	15,17
Итого за '2 ужин'			5,81	5,81	6,41	0	9,42	117,4	1,37	15,17
Итого за день			78,2	46,13	78,3	21,6	343	2360	90,02	388,00