



КШН ИП Ковалев И.Н.

Ковалев
Игорь
Николаевич
16 декабря 2024 г.

МЕНЮ НА 16.12.2024г.

Согласовано

Директор школы № 55



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак с 7 до 11 лет (71,47)									
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	170	7,45	0,00	1,95	1,95	39,07	193,70	4,00
2/9	Мясо кур отварное в соусе с зеленью	90	11,07	10,78	10,56	0,03	2,19	147,96	50,07
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,00	0,05	0,05	7,25	29,48	3,90
2	Хлеб пшеничный	21,9	1,45	0,00	0,14	0,14	10,27	49,03	1,39
17	Кекс "Мини-Мафин" ин/уп	33	1,49	0,00	6,60	0,00	18,48	135,56	12,12
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (71,47)'			21,66	10,78	19,31	2,17	77,26	555,74	71,47
Завтрак 78,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
4/13	Сыр (порциями)	10	2,32	2,32	2,95	0,00	0,00	36,43	10,05
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,89	0,00	2,07	2,07	41,37	205,10	4,24
2/9	Мясо кур отварное в соусе с зеленью	90	11,07	10,78	10,56	0,03	2,19	147,96	50,07
2	Хлеб пшеничный	25,1	1,66	0,00	0,16	0,16	11,77	56,20	1,59
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			23,03	13,10	15,77	2,29	61,27	468,78	67,07
Второй прием пищи ОВЗ									
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,23
Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'			1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,23
Завтрак с 12 и старше (52,60)									
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	260	6,90	3,06	6,61	0,42	38,31	238,34	26,50
4/13	Сыр (порциями)	10	2,32	2,32	2,95	0,00	0,00	36,43	10,05
16/1	Вафли в ассортименте	50	16,00	0,00	15,00	0,00	30,50	314,90	11,43
2	Хлеб пшеничный	55	3,64	0,00	0,36	0,36	25,80	123,15	3,49
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			28,96	5,38	24,95	0,80	100,55	735,92	52,60
Завтрак с 12 и старше (92,60)									
13	Яблоко	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	25,20
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,89	0,00	2,07	2,07	41,37	205,10	4,24
2/9	Мясо кур отварное в соусе с зеленью	90	11,07	10,78	10,56	0,03	2,19	147,96	50,07
2	Хлеб пшеничный	29,5	1,95	0,00	0,19	0,19	13,84	66,05	1,87
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,23
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (92,60)'			22,51	10,78	13,62	2,89	95,39	578,61	92,60
Обед с 12 и старше (127,60)									
45/1	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком.	100	1,75	0,00	3,76	3,76	10,02	75,53	23,26
358	Суп картофельный с пельменями.	250	6,65	0,00	6,13	5,23	20,64	160,66	26,56
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,80	40,93	220,73	11,89
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины (вариант 4)	100	15,00	13,25	10,42	1,42	10,72	196,43	58,51
601	Соус сметанный с томатом.	20	0,29	0,00	0,60	0,02	1,16	11,23	2,15
2	Хлеб пшеничный	44	2,91	0,00	0,29	0,29	20,64	98,52	2,79
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	1,31
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
Итого за 'Обед с 12 и старше (127,60)'			34,37	13,29	25,02	11,78	118,38	824,87	127,60



МЕНЮ НА 17.12.2024г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углевод-ды, г	ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак с 7 до 11 лет (71,47)									
11/4	Каша пшениная (жидкая) молочная с маслом сливочным	150	4,37	1,77	4,81	0,83	21,24	144,55	16,09
726/1	Блины с маслом (1/55)	55	3,66	0,04	4,51	1,50	24,31	151,81	21,04
-	Молоко сгущенное	20	1,44	1,44	1,70	0,00	11,10	63,48	6,16
2	Хлеб пшеничный	29,3	1,94	0,00	0,19	0,19	13,74	65,60	1,86
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
13	Яблоко	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	25,20
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (71,47)'			12,10	3,25	11,84	3,14	93,73	521,57	71,47
Завтрак 78,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
170	Пюре гороховое	200	21,70	0,06	7,19	1,51	53,83	350,71	20,45
36/10	Тефтели "Нежность" с рисом	90	11,66	10,22	15,28	5,98	12,83	233,68	43,63
2	Хлеб пшеничный	29,2	1,93	0,00	0,19	0,19	13,69	65,38	1,85
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			35,39	10,28	22,69	7,70	86,29	672,87	67,07
Второй прием пищи ОВЗ									
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,23
Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'			1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,23
Завтрак с 12 и старше (52,60)									
11/4	Каша пшениная (жидкая) молочная с маслом сливочным	250	7,28	2,95	8,01	1,38	35,40	240,92	26,81
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	5,08	4,60	0,00	0,28	62,78	15,68
11/3	Печенье в ассортименте	35	4,90	0,00	4,73	0,00	32,10	188,50	6,09
2	Хлеб пшеничный	45,6	3,02	0,00	0,30	0,30	21,39	102,10	2,89
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			20,37	8,03	17,66	1,70	95,10	617,40	52,60
Завтрак с 12 и старше (92,60)									
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	1,53	0,00	5,96	5,96	9,32	92,69	9,82
170	Пюре гороховое	200	21,70	0,06	7,19	1,51	53,83	350,71	20,45
36/10	Тефтели "Нежность" с рисом	100	12,95	11,35	16,98	6,64	14,26	259,65	48,48
2	Хлеб пшеничный	24,4	1,61	0,00	0,16	0,16	11,44	54,63	1,55
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,00	0,05	0,05	7,25	29,48	3,90
	Батончик шоколадный "Бон-Тайм" ин/уп. 20гр	20	0,60	0,00	6,80	0,00	12,24	109,30	8,40
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (92,60)'			38,60	11,42	37,14	14,32	108,33	896,46	92,60
Обед с 12 и старше (127,60)									
10,1	Мандарин	110	0,88	0,00	0,22	0,22	10,34	44,66	31,68
4/2	Борщ с картофелем и сметаной	200	1,75	0,00	4,37	4,22	13,81	97,16	14,25
788/7	Вареники с вареной картошкой	250	10,27	0,05	24,62	0,00	4,25	278,78	56,18
2	Хлеб пшеничный	33,4	2,21	0,00	0,22	0,22	15,66	74,78	2,12
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	1,31
37/10	Напиток из шиповника	200	0,50	0,00	0,21	0,21	20,16	77,02	8,48
	Пирожное "Чоко Пай" ин/уп (1/30)	30	1,50	0,00	4,80	0,00	17,70	116,46	13,58
Итого за 'Обед с 12 и старше (127,60)'			18,42	0,05	34,68	5,10	90,26	727,54	127,60



МЕНЮ НА 18.12.2024г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак с 7 до 11 лет (71,47)									
17/1	Салат из моркови с яблоками	60	0,69	0,00	0,09	0,09	7,57	30,59	7,37
3/4	Картофельное пюре (вариант 1)	150	3,00	0,44	3,04	0,51	21,93	125,90	22,25
16/8	Фрикадельки из смешенного фарша.	80	11,41	9,77	10,45	3,15	10,09	179,94	39,22
2	Хлеб пшеничный	23,7	1,57	0,00	0,16	0,16	11,12	53,06	1,50
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (71,47)'			16,76	10,21	13,75	3,94	56,64	412,58	71,47
Завтрак 78,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
3/4	Картофельное пюре (вариант 1)	170	3,40	0,49	3,44	0,58	24,85	142,68	25,21
16/8	Фрикадельки из смешенного фарша.	80	11,41	9,77	10,45	3,15	10,09	179,94	39,22
3	Хлеб ржаной	23,1	1,52	0,00	0,28	0,28	9,63	44,67	1,51
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			16,43	10,27	14,19	4,04	50,51	390,39	67,07
Второй прием пищи ОВЗ									
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,23
Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'			1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,23
Завтрак с 12 и старше (52,60)									
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	250	7,98	2,95	9,26	2,79	36,45	257,01	26,92
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	5,08	4,60	0,00	0,28	62,78	15,68
2	Хлеб пшеничный	31,9	2,11	0,00	0,21	0,21	14,96	71,42	2,02
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
16/1	Вафли в ассортименте	30	9,60	0,00	9,00	0,00	18,30	188,94	6,86
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			24,86	8,03	23,09	3,02	75,93	603,25	52,60
Завтрак с 12 и старше (92,60)									
17/1	Салат из моркови с яблоками	100	1,15	0,00	0,15	0,15	12,61	50,98	12,29
3/4	Картофельное пюре (вариант 1)	190	3,80	0,55	3,84	0,65	27,77	159,47	28,18
16/8	Фрикадельки из смешенного фарша.	100	14,26	12,22	13,06	3,94	12,61	224,92	49,03
2	Хлеб пшеничный	31,2	2,06	0,00	0,20	0,20	14,63	69,86	1,98
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (92,60)'			21,37	12,77	17,29	4,97	73,57	528,32	92,60
Обед с 12 и старше (127,60)									
10/1	Салат из белокочанной капусты с яблоками и растительным маслом	100	1,16	0,00	6,03	6,03	9,83	94,58	13,24
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	250	2,46	0,00	5,42	5,41	18,77	131,17	21,43
	Пельмени отварные с маслом.	200	22,36	0,04	10,32	0,00	44,33	350,79	80,86
2	Хлеб пшеничный	27,3	1,81	0,00	0,18	0,18	12,80	61,12	1,73
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	1,31
63/1	Компот из свежих плодов (вариант 1)	200	0,11	0,00	0,11	0,12	12,25	47,85	9,04
Итого за 'Обед с 12 и старше (127,60)'			29,22	0,04	22,30	11,98	106,32	724,20	127,60



МЕНЮ НА 19.12.2024г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	Калории, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак с 7 до 11 лет (71,47)									
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	2,01	1,76	3,81	0,00	8,23	73,76	14,35
8/5	Запеканка из творога (вариант 1)	100	15,94	14,94	8,47	0,96	15,02	201,64	45,32
-	Молоко сгущенное	30	2,16	2,16	2,55	0,00	16,65	95,22	9,24
2	Хлеб пшеничный	22,5	1,49	0,00	0,15	0,15	10,55	50,38	1,43
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (71,47)'			21,70	18,86	15,01	1,13	56,39	444,10	71,47
Завтрак 78,30									
Первый прием пищи ОБЗ									
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,80	40,93	220,73	11,89
12/8	Гуляш с томатом (вариант 1)	90	12,76	11,98	30,81	2,91	4,81	346,85	52,59
2	Хлеб пшеничный	23	1,52	0,00	0,15	0,15	10,79	51,50	1,46
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
Итого за 'Первый прием пищи ОБЗ'			20,74	12,02	34,55	3,88	62,47	642,17	67,07
Второй прием пищи ОБЗ									
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,23
Итого за 'Второй прием пищи ОБЗ'			1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,23
Завтрак с 12 и старше (52,60)									
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	3,35	2,94	6,35	0,00	13,71	122,94	23,92
800/1	Оладьи домашние (1/45)	45	3,62	0,00	1,32	1,50	24,25	122,73	14,85
1/12	Молоко сгущенное	30	2,16	2,16	2,55	0,00	16,65	95,22	9,24
2	Хлеб пшеничный	54,5	3,60	0,00	0,36	0,36	25,56	122,03	3,46
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			12,83	5,10	10,60	1,88	86,12	486,01	52,60
Завтрак с 12 и старше (92,60)									
13	Яблоко	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	25,20
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	0,04	3,57	0,80	40,93	220,73	11,89
12/8	Гуляш с томатом (вариант 1)	90	12,76	11,98	30,81	2,91	4,81	346,85	52,59
2	Хлеб пшеничный	28,2	1,86	0,00	0,19	0,19	13,23	63,14	1,79
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (92,60)'			21,68	12,02	35,19	4,51	82,31	726,83	92,60
Обед с 12 и старше (127,60)									
13	Яблоко	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	25,20
80	Суп "Кудрявый" со сметаной (с пшеном)	250	5,19	2,12	4,80	1,97	21,97	149,85	20,68
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,89	0,00	2,07	2,07	41,37	205,10	4,24
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины (вариант 4)	90	13,50	11,93	9,38	1,28	9,64	176,78	52,66
501	Соус сметанный с томатом.	30	0,43	0,00	0,89	0,03	1,74	16,85	3,23
2	Хлеб пшеничный	34,3	2,27	0,00	0,23	0,23	16,09	76,80	2,17
3	Хлеб ржаной	29,7	1,96	0,00	0,36	0,36	12,38	57,43	1,94
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,00	0,05	0,05	7,25	29,48	3,90
	Пирожное "Чоко Пай" иц/уп (1/30)	30	1,50	0,00	4,80	0,00	17,70	116,46	13,58
Итого за 'Обед с 12 и старше (127,60)'			33,55	14,04	23,17	6,57	145,55	901,77	127,60



МЕНЮ НА 20.12.2024г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак с 7 до 11 лет (71,47)									
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,36	0,04	3,81	0,62	45,92	236,10	17,84
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	90	13,36	12,14	11,20	1,47	8,37	187,90	43,08
601	Соус сметанный с томатом.	20	0,29	0,00	0,60	0,02	1,16	11,23	2,15
2	Хлеб пшеничный	32,5	2,15	0,00	0,21	0,21	15,24	72,77	2,06
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
11/3	Печенье в ассортименте	30	4,20	0,00	4,05	0,00	27,51	161,57	5,22
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (71,47)'			24,45	12,17	19,90	2,34	104,14	692,67	71,47
Завтрак 78,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,36	0,04	3,81	0,62	45,92	236,10	17,84
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	90	13,36	12,14	11,20	1,47	8,37	187,90	43,08
601	Соус сметанный с томатом.	20	0,29	0,00	0,60	0,02	1,16	11,23	2,15
2	Хлеб пшеничный	45,3	3,00	0,00	0,30	0,30	21,25	101,43	2,87
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			21,10	12,17	15,93	2,42	82,63	559,76	67,07
Второй прием пищи ОВЗ									
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,23
Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'			1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,23
Завтрак с 12 и старше (52,60)									
18/4	Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным (вариант 1)	250	4,16	2,95	6,99	0,19	23,50	171,30	28,58
4/13	Сыр (порциями)	10	2,32	2,32	2,95	0,00	0,00	36,43	10,05
2	Хлеб пшеничный	37,8	2,50	0,00	0,25	0,25	17,73	84,63	2,40
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
11/3	Печенье в ассортименте	60	8,40	0,00	8,10	0,00	55,02	323,14	10,44
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			17,48	5,27	18,32	0,46	102,19	638,59	52,60
Завтрак с 12 и старше (92,60)									
10/1	Кукуруза консервированная (поджаривание)	30	0,65	0,00	0,12	0,12	3,44	17,27	20,10
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,36	0,04	3,81	0,62	45,92	236,10	17,84
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	100	14,85	13,48	12,44	1,63	9,30	208,78	47,86
601	Соус сметанный с томатом.	30	0,43	0,00	0,89	0,03	1,74	16,85	3,23
2	Хлеб пшеничный	38,5	2,55	0,00	0,25	0,25	18,06	86,20	2,44
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,13
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (92,60)'			22,92	13,52	17,54	2,67	84,39	588,30	92,60
Обед с 12 и старше (127,60)									
3	Яблоко	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	25,20
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,21	0,00	2,45	2,45	23,60	127,39	11,68
3	Картофельное пюре	100	2,07	0,36	2,44	0,34	14,72	88,39	15,99
11/3	Капуста тушеная	100	2,33	0,00	1,90	2,16	11,57	67,41	12,34
24	Мясо тушеное из свинины (вариант 1)	100	11,34	10,73	37,71	12,72	4,85	401,26	50,53
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,00	0,13	0,13	9,38	44,78	1,23
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	1,31
31	Компот из свежих плодов	200	0,15	0,00	0,14	0,16	17,85	69,55	9,32
Итого за 'Обед с 12 и старше (127,60)'			22,34	11,10	45,62	18,80	107,69	910,48	127,60