



Согласовано
Директор школы № 33



МЕНЮ НА 3.9.2024г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды,	ЭЦ, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)									
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	160	3,87	0,03	3,39	0,55	40,81	209,86	14,67
16/10	Мясные гнезда (из мяса кур)	90	11,25	10,45	13,03	1,70	5,58	184,88	43,57
601	Соус сметанный с томатом.	30	0,43	0,00	0,89	0,03	1,74	16,85	3,16
2	Хлеб пшеничный	35,1	2,32	0,00	0,23	0,23	16,46	78,59	2,30
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0,00	0,06	0,06	18,29	69,02	4,82
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)'			18,89	10,48	17,61	2,57	82,89	559,20	68,52
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	16,50
16/10	Мясные гнезда (из мяса кур)	90	11,25	10,45	13,03	1,70	5,58	184,88	43,57
601	Соус сметанный с томатом.	30	0,43	0,00	0,89	0,03	1,74	16,85	3,16
2	Хлеб пшеничный	40,3	2,66	0,00	0,26	0,26	18,90	90,23	2,64
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,21
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			18,80	10,49	18,03	2,64	78,08	551,16	67,08
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)									
20/4	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным (вариант 1)	250	3,20	2,95	6,97	0,00	12,39	121,94	23,06
10	Масло сливочное	10	0,08	0,08	7,25	0,00	0,13	66,06	12,83
11/3	Печенье в ассортименте	45	6,30	0,00	6,08	0,00	41,27	242,35	7,42
2	Хлеб пшеничный	53,3	3,52	0,00	0,35	0,35	25,00	119,34	3,49
29/1	Чай "Цитрусовый заряд" с апельсином	200	0,29	0,00	0,07	0,07	7,49	30,10	5,80
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			13,40	3,03	20,71	0,42	86,27	579,79	52,60
Завтрак с 12 и старше (92,60)									
10/1	Кукуруза консервированная (подгарнировка)	30	0,65	0,00	0,12	0,12	3,44	17,27	18,00
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	200	4,84	0,04	4,24	0,69	51,02	262,33	18,33
16/10	Мясные гнезда (из мяса кур)	100	12,50	11,61	14,48	1,89	6,20	205,42	48,41
2	Хлеб пшеничный	46,5	3,07	0,00	0,31	0,31	21,81	104,11	3,04
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0,00	0,06	0,06	18,29	69,02	4,82
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (92,60)'			22,08	11,65	19,20	3,06	100,76	658,16	92,60
Обед с 12 и старше (127,60)									
16/1	Салат из моркови с сахаром	100	1,25	0,00	0,10	0,10	11,90	47,85	13,54
4/2	Свекольник со сметаной	250	2,18	0,00	5,47	5,27	17,26	121,45	20,51
3/3	Картофельное пюре	200	4,15	0,73	4,89	0,68	29,43	176,78	32,43
48/9	Голубцы ленивые с мясом говядины и рисом (вариант 1)	100	8,10	7,31	8,12	0,91	8,86	139,72	40,56
2	Хлеб пшеничный	38,0	2,51	0,00	0,25	0,25	17,82	85,08	2,48
3	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01	1,90
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,23
11/3	Печенье а ассортименте	30	4,20	0,00	4,05	0,00	27,51	161,57	4,95
Итого за 'Обед с 12 и старше (127,60)'			25,38	8,03	23,43	7,57	145,88	876,94	127,60



Согласовано
Директор школы № 53



МЕНЮ НА 4.9.2024г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)									
46/3	"Фарфалле" отварные с маслом сливочным	160	5,76	0,03	3,49	0,87	36,24	197,35	15,37
10/7	Запеканка из мяса кур с морковью.	90	12,93	12,87	14,62	3,69	5,81	205,39	44,64
7/11	Соус сметанный	30	0,36	0,01	2,19	0,02	1,32	26,51	4,71
2	Хлеб пшеничный	39,6	2,62	0,00	0,26	0,26	18,57	88,66	2,59
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,21
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)'			21,77	12,92	20,58	4,87	67,88	541,01	68,52
Завтрак 78,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
46/3	"Фарфалле" отварные с маслом сливочным	160	5,76	0,03	3,49	0,87	36,24	197,35	15,37
10/7	Запеканка из мяса кур с морковью.	90	12,93	12,87	14,62	3,69	5,81	205,39	44,64
7/11	Соус сметанный	20	0,24	0,01	1,46	0,01	0,88	17,68	3,14
2	Хлеб пшеничный	41,4	2,74	0,00	0,27	0,27	19,42	92,70	2,71
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,21
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			21,77	12,91	19,86	4,87	68,28	536,20	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	220	5,84	2,59	5,60	0,35	32,42	201,68	20,04
1/6	Яйцо отварное	40	5,08	5,08	4,60	0,00	0,28	62,78	15,84
16/1	Вафли в ассортименте	40	12,80	0,00	12,00	0,00	24,40	251,92	9,14
2	Хлеб пшеничный	55	3,64	0,00	0,36	0,36	25,80	123,15	3,59
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,00	0,05	0,05	7,25	29,48	3,99
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			27,57	7,67	22,60	0,76	90,15	669,00	52,60
Завтрак с 12 и старше (92,60)									
10/1	Помидор свежий (подгарнировка)	50	0,54	0,00	0,10	0,10	2,55	12,71	14,31
46/3	"Фарфалле" отварные с маслом сливочным	180	6,48	0,04	3,92	0,98	40,77	222,02	17,29
10/7	Запеканка из мяса кур с морковью.	100	14,37	14,30	16,24	4,10	6,45	228,21	49,60
7/11	Соус сметанный	30	0,36	0,01	2,19	0,02	1,32	26,51	4,71
2	Хлеб пшеничный	41,4	2,74	0,00	0,27	0,27	19,42	92,70	2,70
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,00	0,05	0,05	7,25	29,48	3,99
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (92,60)'			24,70	14,35	22,77	5,52	77,75	611,61	92,60
Обед с 12 и старше (127,60)									
12/2	Апельсины	220	1,98	0,00	0,44	0,44	22,66	97,86	42,24
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	250	1,83	0,00	3,01	2,68	9,27	68,49	13,74
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,77	0,00	2,30	2,30	45,96	227,88	5,17
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	100	14,85	13,48	12,44	1,63	9,30	208,78	46,86
60/1	Соус сметанный с томатом.	40	0,57	0,00	1,19	0,04	2,32	22,47	4,21
2	Хлеб пшеничный	34,4	2,27	0,00	0,23	0,23	16,13	77,02	2,25
3	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01	1,90
5	Сок	200	1,00	0,00	0,20	0,00	20,60	86,48	11,23
Итого за 'Обед с 12 и старше (127,60)'			33,25	13,48	20,17	7,66	138,75	847,00	127,60



МЕНЮ НА 5.9.2024г.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена реализации, руб.
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)									
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным (вариант 2)	160	3,52	1,89	4,72	0,41	20,38	136,97	15,92
726/1	Блины с клубникой (1/60)	60	7,76	0,04	4,14	1,80	41,94	232,74	21,84
2	Хлеб пшеничный	39	2,58	0,00	0,26	0,26	18,29	87,32	2,55
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,21
13	Яблоко	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	27,00
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (68,52)'			14,56	1,93	9,74	3,09	103,95	553,15	68,52
Завтрак 78,30									
Первый прием пищи ОВЗ									
3/3	Картофельное пюре	170	3,52	0,62	4,15	0,58	25,02	150,26	27,56
48/9	Голубцы ленивые с мясом говядины и рисом (вариант 1)	90	7,29	6,58	7,30	0,82	7,97	125,75	36,51
2	Хлеб пшеничный	27,4	1,81	0,00	0,18	0,18	12,85	61,35	1,79
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,21
Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'			12,73	7,19	11,66	1,61	51,78	360,46	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)									
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным (вариант 2)	220	4,83	2,60	6,48	0,56	28,02	188,33	21,89
3/13	Горячий бутерброд с сыром (50гр)	50	5,26	2,62	6,60	0,95	17,78	151,69	20,29
11/3	Печенье а ассортименте	35	4,90	0,00	4,73	0,00	32,10	188,50	5,77
2	Хлеб пшеничный	52,7	3,48	0,00	0,35	0,35	24,72	118,00	3,45
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,21
Итого за 'Завтрак с 12 и старше (52,60)'			18,57	5,21	18,18	1,88	108,56	669,61	52,61
Завтрак с 7 до 11 лет (92,60)									
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	80	1,22	0,00	4,77	4,77	7,45	74,15	8,43
3/3	Картофельное пюре	180	3,73	0,65	4,40	0,62	26,49	159,10	29,19
48/9	Голубцы ленивые с мясом говядины и рисом (вариант 1)	100	8,10	7,31	8,12	0,91	8,86	139,72	40,56
2	Хлеб пшеничный	51	3,37	0,00	0,34	0,34	23,92	114,19	3,34
37/10	Напиток из шиповника (вариант 4)	200	0,67	0,00	0,27	0,27	23,62	90,30	11,09
Итого за 'Завтрак с 7 до 11 лет (92,60)'			17,10	7,96	17,90	6,91	90,34	577,47	92,61
Обед с 12 и старше (127,60)									
4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	100	1,58	0,00	5,97	5,97	9,22	92,55	9,78
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	250	2,46	0,00	5,42	5,41	18,77	131,17	22,70
44/3	Каша рисовая с овощами	170	4,29	0,00	8,10	8,10	44,88	269,26	13,02
383/6	Рыба, запеченная в сметанном соусе с сыром (80/20)	100	17,06	16,67	12,86	4,08	2,36	193,70	77,68
2	Хлеб пшеничный	29,6	1,96	0,00	0,19	0,19	13,88	66,27	1,94
3	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	1,27
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,00	0,02	0,02	5,94	23,10	1,21
Итого за 'Обед с 12 и старше (127,60)'			28,76	16,67	32,80	24,02	103,39	814,73	127,60