

Меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет
1 день/неделя1

Наименование блюд	цена	вес блюда		Пищевые вещества/г/								Энергет. ценность	
				Б		Ж		У					
				7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
2		7-11 лет	12-18 лет										
Каша молочная из овсяных хлопьев, жидкая с маслом и сахаром	35	200	250	7,10	8,88	11,66	14,57	40,25	50,24	295,45	369,32		
Блинчики (оладьи) с молоком сгущенным 50/20	28	70	70	5,08	5,08	2,98	2,98	18,85	18,85	122,54	122,54		
Хлеб пшеничный йодированный	3,50	30	40	2,37	3,16	0,33	0,44	14,49	19,32	70,14	93,52		
Фрукты по сезону	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00		
Чай с сахаром	10	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,38	42,38		
Итого	96,05	600	660	15,15	17,72	15,34	18,39	93,77	108,59	577,51	674,76		



Утверждаю МК *Вас*
13.05.2025

Меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет 2 день/неделя1

Наименование блюд	цена	вес блюда		Пищевые вещества/г/								Энергет. ценность			
				Б		Ж		У							
				7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	ккал	лет
2		7-11 лет	12-18 лет												
Квашеная капуста с маслом растительным	20,00	60	100	1,02	1,71	3,00	5,01	5,07	8,46	51,42	85,70				
Гуляш из отварного мяса птицы	40,00	100	100	12,02	12,02	11,79	11,79	3,27	3,27	167,27	167,27				
Макаронные изделия отварные с маслом	18,00	150	180	5,40	6,48	4,90	5,88	32,80	39,35	196,80	236,16				
Хлеб пшеничный йодированный	3,50	30	40	2,1	1,60	1,10	1,10	12,58	12,58	66,62	66,62				
Компот из смеси сухофруктов	15,00	200	200	0,5	3,16	0,3	0,4	14,49	19,32	70,14	93,52				
Итого	96,05	540	620	21,04	24,97	19,99	24,18	75,43	82,98	552,25	649,27				



Утверждаю

14.05.2025

Меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет
3 день/неделя1

Наименование блюдо	цена	вес блюда		Пищевые вещества/г/								Энергет. ценность	
				Б				Ж		У			
				7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
2		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
Закуска из овощей (икра кабачковая)	20	60	100	1,63	2,71	2,82	4,70	8,72	14,53	67,00	111,67		
Котлеты мясосокапустные из П/Ф	38	100	100	9,30	9,30	6,10	6,10	5,90	5,90	116,00	116,00		
Каша рассыпчатая, гречневая	20	150	180	8,30	9,95	6,30	10,74	36,00	44,84	233,70	315,00		
Чай с лимоном	15	200	40	0,30	0,30	0,00	0,00	10,58	10,58	43,52	43,52		
Хлеб пшеничный йодированный	3,5	30	200	2,1	3,16	0,3	0,4	14,49	19,32	70,14	93,52		
Итого за завтрак	96,05	540	620	21,63	25,42	15,52	21,94	75,69	95,17	530,36	679,71		



Утверждаю

15.05.2025

Меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет
4 день/неделя 1

Наименование блюд	цена	вес блюда		Пищевые вещества/г/								Энергет. ценность							
				Б		Ж		У											
				7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	ккал					
2		7-11 лет	12-18 лет																
Свекла отварная с маслом растительным	20	60	100	0,88	1,47	3,60	6,00	4,96	8,30	55,68	92,80								
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	40	90	100	12,7	14,11	8,9	9,9	6,3	7	156,1	173,44								
Каша ячневая с овощами	18	150	180	4,38	3,63	6,58	7,12	23,93	26,18	153,50	183,32								
Чай каркаде	15	200	200	0,16	4,08	0,08	3,54	7,18	17,58	118,60	118,60								
Хлеб пшеничный йодированный	3,05	30	40	2,1	3,16	0,3	0,4	14,49	19,32	70,14	93,52								
Итого за завтрак	96,05	530	620	20,22	26,45	19,46	26,96	56,86	78,38	483,60	661,68								

Утверждаю



Меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11лет и 12-18лет
5день/неделя1

Наименование блюд	цена	вес блюда		Пищевые вещества/г/								Энергет. ценность	
				Б		Ж		У					
		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
2		7-11 лет	12-18 лет										
Консервы закусочные (зеленый горошек)	24	60	100	1,7	2,83	0,1	0,16	3,5	5,8	22,1	36,38		
Плов из птицы	53	200	230	14,54	16,72	15,46	17,78	34,20	39,33	334,41	384,57		
Компот из смеси сухофруктов	15	200	200	0,50	0,50	0,00	0,00	19,80	19,80	81,00	81,00		
Хлеб пшеничный йодированный	4,05	40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52		
Итого за завтрак	96,05	500	570	19,59	23,21	17,25	18,34	75,71	84,25	537,81	595,47		



день 1/неделя 2

Наименование блюд	цена	вес блюда		Пищевые вещества/г/												Энергет. ценность	
				Б				Ж				У					
				7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
2		7-11 лет 200	12-18 лет 250	7-11 лет 5,55	12-18 лет 6,96	7-11 лет 9,74	12-18 лет 12,82	7-11 лет 38,50	12-18 лет 48,13	7-11 лет 264,55	12-18 лет 330,68						
Каша молочная жидкая манная, с маслом и сахаром	35																
Блинчики (оладьи) с молоком сгущенным	28	70	70	5,08	5,08	2,98	2,98	18,85	18,85	122,54	122,54						
Фрукты по сезону	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00						
Чай с сахаром	10	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32						
Хлеб пшеничный йодированный	3,05	30	40	2,37	3,16	0,3	0,4	14,49	19,32	70,14	93,52						
Итого за завтрак	96,05	600	660	13,60	15,80	13,42	16,60	92,02	106,48	546,55	636,06						



**Меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет
день 3/неделя 2**

Наименование блюд	цена	вес блюда		Пищевые вещества/г/								Энергет. ценность	
				Б		Ж		У		ккал			
2		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
Свекла отварная с маслом растительным	20	60	100	0,88	1,47	3,60	6,00	4,96	8,30	55,68	92,80		
Котлеты печеночные из П/Ф с маслом сливочным 100/5	40	105	105	12,83	12,83	12,97	12,97	10,27	10,27	209,13	209,13		
Каша рисовая рассыпчатая	18	150	180	3,03	3,63	5,94	5,76	21,98	43,79	153,50	244,20		
Чай каркаде	15	200	200	0,16	0,16	0,08	0,08	7,18	7,18	30,08	30,08		
Хлеб пшеничный йодированный	3,05	30	40	2,1	3,16	0,3	0,4	14,49	19,32	70,14	93,52		
Итого за завтрак	96,05	545	625	19,67	22,05	21,75	25,21	73,40	88,86	568,53	669,73		



Меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет
день 4/неделя 2

Наименование блюд	цена	вес блюда		Пищевые вещества/г/								Энергет. ценность	
				Б		Ж		У		ккал			
2		7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
Каша молочная "Дружба" из смеси рисовой и пшенной крупы	35	200	250	8,26	10,33	11,80	13,59	41,05	47,20	304,00	380,00		
Сыр порциями	21	10	10	2,32	2,32	2,95	2,95	0,00	0,00	36,00	36,00		
Фрукты по сезону	20	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00		
Какао с молоком	17	200	200	4,08	4,08	3,54	3,54	17,58	17,58	118,60	118,60		
Хлеб пшеничный йодированный	3,05	30	40	2,1	3,16	0,3	0,4	14,49	19,32	70,14	93,52		
Итого за завтрак	96,05	540	600	17,16	20,29	18,99	20,88	82,92	93,90	575,74	675,12		



Утверждаю

23.05.2024

Меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет
день 5/неделя 2

Наименование блюд	цена	вес блюда		Пищевые вещества/г/								Энергет. ценность	
				Б		Ж		У					
				7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
2		7-11 лет	12-18 лет										
Консервы закусочные (зеленый горошек)	24	60	100	1,7	2,83	0,1	0,16	3,5	5,8	22,1	36,38		
Гречка по купечески	53	200	230	13,20	15,18	17,80	20,47	30,00	34,50	333,00	382,95		
Сок фруктовый	15	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,20	84,20		
Хлеб пшеничный йодированный	4,05	40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52		
Итого за завтрак	96,05	500	570	17,78	22,17	17,95	21,03	77,85	79,82	545,93	597,05		