

УТВЕРЖДАЮ:

Директор Капенкин А.В.



СОЛАСОВАНО
Директор СЦ при



МЕНЮ ЗА РОДИТЕЛЬСКУЮ ПЛАТУ

1.09.2025Г

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ



Сверждаю Капенкин А.В.
Директор



Согласовано
Директор
2015 г.

Прием пищи, наименование блюда	1 день						Энергетическая ценность - ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Углеводы, г			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак									
Овощи по сезону (огурец свежий или помидор свежий или капуста квашеная или огурец соленый или помидор соленый.)	50		0,41	0,05	0,84		5,00	ТТК№ 1,2,3,27,88	
АГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	200		14,63	16,20	23,38		258,60	289	2017
АЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200		0,30	0,00	15,20		60,00	686	2011
ЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	50		3,13	0,50	20,63		99,00	ТТК№7	
Итого за прием пищи:	500	120,00Р	18,47	16,75	60,05		422,6		

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

Утверждаю Капенкин А.В.
 Директор



Согласовано
 Директор


2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи по сезону (огурец свежий или помидор свежий или капуста квашеная или огурец соленый или помидор соленый.)	100		1,1	0,0	2,3	18,0	ТТК№ 1,2,3,27,88	
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363	100/30		12,70	12,90	15,50	227,30	307/363	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	160		4,90	4,90	27,30	145,84	303	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200		0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	50		3,13	0,50	20,63	99,00	7	
Итого за прием пищи:	642	120,00Р	22,0	18,3	80,7	548,1		

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

Утверждаю
Капенин А.В.
Директор



3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи по сезону (огурец свежий или помидор свежий или капуста квашеная или огурец соленый или помидор соленый.)	100		1,1	0,0	2,3	18,0	ТТК№ 1,2,3,27,88	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	220		16,50	22,44	38,70	432,25	492	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200		0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	50		3,13	0,50	20,63	99,00	7	
Итого за прием пищи:	570	120,00Р	21,03	22,94	77,63	615,65		

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

Утверждаю Капелюк А.В.
 Директор



4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КОГЛЕТЫ РУБЛЕНЬЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 294/363	100/30		12,20	14,80	15,40	220,80	294/363	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310	200		3,80	5,74	30,68	192,80	310	2017
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200		0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50		3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	450	120,00Р	20,25	21,04	82,43	589,93		

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы № 12-18 лет, МОУ



Утверждаю Капелкин А.В.
 Директор



Согласовано
 Директор

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи по сезону (огурец свежий или помидор свежий или капуста квашеная или огурец соленый или помидор соленый.)	60		0,6	0,1	1,8	13,2	ГТК№ 1,2,3,27,88	
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ № 311к	100		9,6	10,7	3,0	168,1		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	150		4,9	5,3	21,8	155,0		
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200		0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		3,9	0,5	24,1	116,8		
Итого за прием пищи:	540	120,00Р	19,2	16,64	65,65	511,1		

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

Утверждаю: Капеленина Т.П.



6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
Завтрак								
Овощи по сезону (огурец свежий или помидор свежий или капуста квашеная или огурец соленый или помидор соленый.)	50		0,41	0,05	0,84	5,00	ТТК№ 1,2,3,27,88	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	200		15,36	20,00	30,20	345,80	492	2004
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200		0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	50		3,13	0,50	20,63	99,00	ТТК№7	
Итого за прием пищи:	500	120,00Р	19,10	20,55	66,67	507,80		

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

Утверждаю: Капенин А.В.



7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88	100		1,80	8,60	7,50	115,40	3/88	
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	100/30		10,90	9,80	22,40	210,60	455/363	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	160		4,90	4,80	27,30	145,84	303	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200		0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30		2,37	0,30	14,49	70,90	6	
Итого за прием пищи:	620	120,00Р	20,27	23,50	87,69	609,14		

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

Утверждаю
 Капелкина А.В.
 Директор



8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи по сезону (огурец свежий или помидор свежий или капуста квашеная или огурец соленый или помидор соленый.)	100		0,5	0,1	1,01	6,0	ГТК№ 1,2,3,27,88	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259	250		14,30	20,50	53,40	406,00	259	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200		0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50		3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	600	120,00Р	18,95	21,06	90,56	586,33		

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

Утверждаю Капеленин А.В.
 Директор

Согласовано
 Директор

2015 г.
 [Подпись]

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ репеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 294/363	100/30		12,20	14,80	15,40	220,80	294/363	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	170		4,19	6,50	32,00	221,80	203	2017
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200		0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50		3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	550	120,00Р	20,64	21,80	83,75	618,93		



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

Утверждаю Каленкин А.В.
Директор



Согласовано
Директор



10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи по сезону (огурец свежий или помидор свежи или капуста квашеная или огурец соленый или помидор соленый.)	60		0,6	0,1	1,8	13,2	ТТК№ 1,2,3,27,88	
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ № 311к	100		9,6	10,7	3,0	168,1		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	150		4,9	5,3	21,8	155,0		
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200		0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30		3,9	0,5	24,1	116,8	6	
Итого за прием пищи:	540	120,00Р	19,2	16,64	65,65	511,1		