

Ежедневное меню

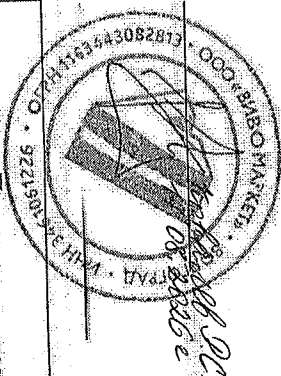
1 Вариант



Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Овощная подгариловка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	90	18,27	20,16	0,90	258,30
Картофель по-деревенски с паприкой	150	4,35	4,77	14,94	121,67
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	570	26,98	28,23	52,07	571,15

Ответственное лицо Давыдова И.А.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VII пункт 59 подпункт 7. ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Белки, г

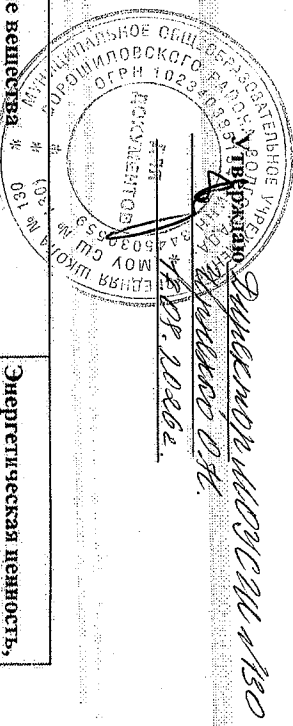
Жиры, г

Углеводы, г

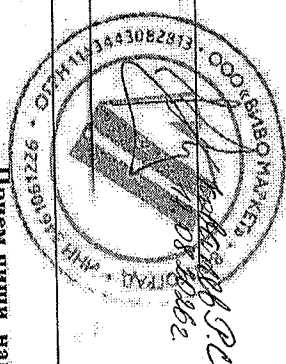
Энергетическая ценность, ккал

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00
Биточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00
Булгур с овощами	150	4,10	3,90	19,70	145,00
Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	580	20,52	20,56	59,76	521,02

Ответственное лицо Давыдова И.А.



* Согласно СанПин 2.3/2.4.282-26 раздела VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню

3 Вариант

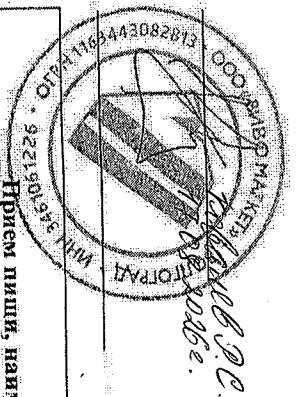
Ланч

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Поджаренная овощная из свежей капусты и лука	100	1,48	2,92	5,27	53,38
Запеканка "Курочка по-деревенски"	250	15,10	18,29	36,70	350,12
Чай черничный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	580	19,23	21,61	66,69	517,48

Ответственное лицо: Масленко М. Р.

Утверждено: Масленко М. Р.
18.08.2026 г.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздела VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества

Энергетическая ценность, ккал

Белки, г

Жиры, г

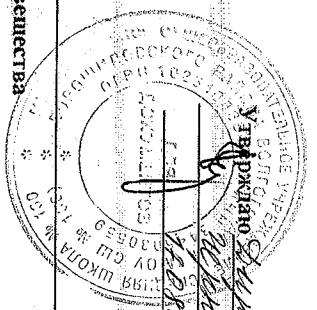
Углеводы, г

Ланч

Овощная поджаренная из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18
Куриная отбивная "Солнечная"	100	15,10	8,11	18,25	241,10
Паста "Орзо" по-восточному	180	18,57	6,55	109,70	581,79
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	610	38,03	18,03	159,31	997,41

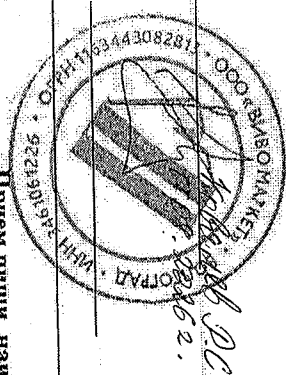
Ответственное лицо

Иванова И.И.



Утверждено
М.И.Иванов
19.08.2016

* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества

Энергетическая ценность, ккал

Даны

Белки, г

Жиры, г

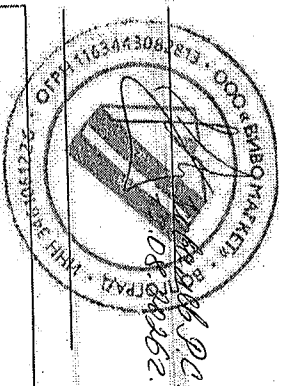
Углеводы, г

Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00
Люля-кебаб куриный	100	10,69	4,70	8,34	119,00
Картофельное пюре по-домашнему	180	3,79	5,20	27,40	173,00
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	610	18,48	13,3	72,44	482,00

Ответственное лицо

Ольга Николаевна

Утверждено: *Директор ИОЗС ИИ НИО*
М.И.М.О.В.К.
19.08.2026г.



Ежедневное меню

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества

Энергетическая ценность, ккал

Ланч

Белки, г

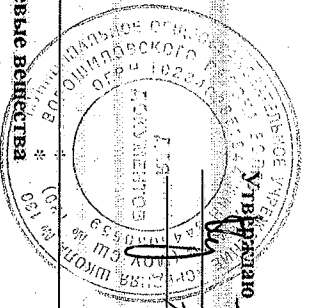
Жиры, г

Углеводы, г

Подпирнировка овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38
Куриная отбивная в сырной заливке	100	13,10	11,10	12,50	202,10
Макаронны по-болотрацки	180	18,44	4,12	126,00	628,74
Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	610	35,68	18,5	167,68	994,24

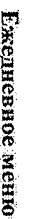
Ответственное лицо

Смирнова М.А.



Утверждаю
Заведующий ИОСМШ № 130
И.А. Смирнова
15.08.2022г.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 55 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

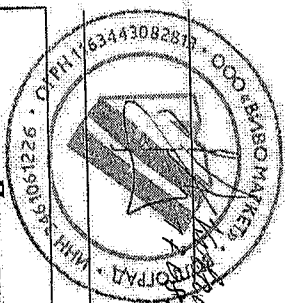


7 Вариант



Итого за прием пищи: _____
Ответственное лицо: Иванов И.И.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.2828-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7. ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества

Энергетическая ценность, ккал

Ланч

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Морковь по-корейски

100

1,30

3,10

г

7,00

59,00

Итальянская паста. Орзо с филе куриным

260

35,19

14,16

г

110,70

722,96

Чай черный с вишней

200

0,30

0,07

г

10,33

43,34

Хлеб пшеничный

30

2,40

0,30

г

14,50

71,00

Итого за прием пищи:

590

39,19

17,63

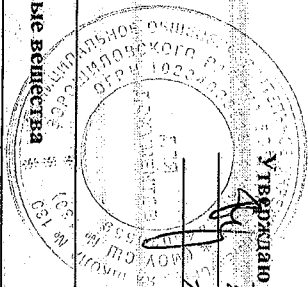
г

142,53

896,30

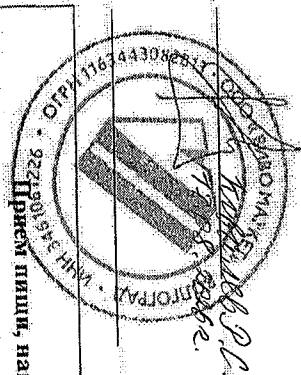
Ответственное лицо

Савченко ТМ



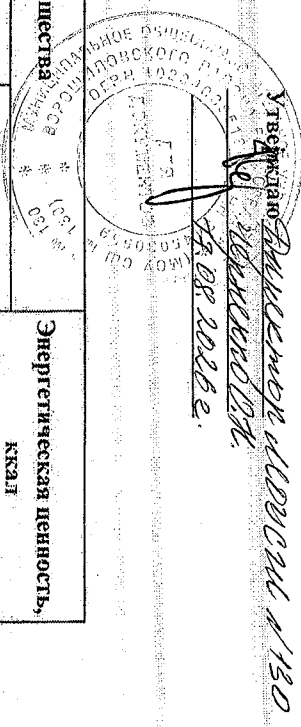
Утверждаю
Врач-диетолог
16.08.2026 г.

* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздел VII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню

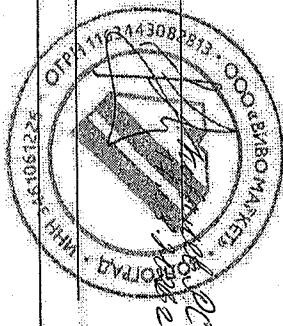
9 Вариант



Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Янч					
Подгариновка овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38
Биточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00
Кус-кус с овощами	150	4,97	3,87	29,16	180,00
Чай чёрный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	580	21,61	20,29	73,28	571,38

Ответственное лицо Мещеряков А.

* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню

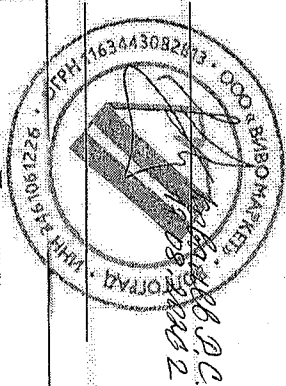
10 Вариант

Утверждено: *С.В. Мухоморова*
Подпись: *С.В. Мухоморова*
Дата: *14.02.2025*

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		г			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Данч					
Овощная поджаренная из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18
Куриная отбивная "Солнечная"	100	15,10	8,11	18,25	241,10
Картофель по-деревенски с паприкой	150	4,35	4,77	14,94	121,67
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	580	23,76	16,28	64,44	536,93

Ответственное лицо: *Мухоморова С.В.*

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4.282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню

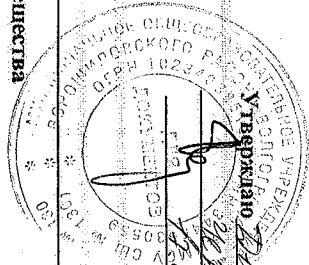
II вариант

Утверждено *Директор ИОУС И.И.С.*
15.08.2012 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
		Данч			
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00
Людэ-кебаб куриный.	100	10,69	4,70	8,34	119,00
Паста "Орзо" по-восточному	180	18,57	6,55	109,70	581,79
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	610	33,26	14,72	149,87	874,13
Ответственное лицо: <i>М.М</i>					

Ответственное лицо *Мещеряков М.А.*

* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59, подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню

12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
		Данч			
Полугарнировка овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38
Пельмени "Аппетитные" со сливочным маслом	250 ,	21,75	6,25	77,25	463,75
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	580	25,93	9,47	112,22	648,13

Ответственное лицо Мещеряков Д.

* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.