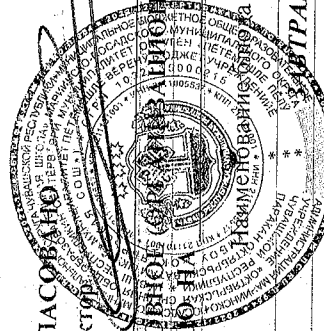


СОГЛАСОВАНО

Директор



ИП Вадим Сергеевич Чебоксарцев С.А.

И.д.	СБ	МЕНЮ	Выход (гр)	Пищевая ценность			Минеральные вещества						
				белки	жиры	углеводы	ккал	A	E	Ca	Fe		
	302	Каша молочная рисовая с маслом слив.	205	5,29	7,57	34,62	229,59	0,04	1,16	0,04	0,21	111,49	0,49
ПР		Сыр порциями	15	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР		Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	945	Чай с молоком	200	3,12	2,51	24,69	146,3	0,03	1,3	0,02	0,04	120	0,1
		ИТОГО	480	18,96	16,65	89,11	604,49	0,12	2,63	0,12	0,38	459,49	1,28
		ОБЕД											
ТТК		Икра из моркови	60	1,08	2,46	5,58	49,3	0,037	2,46	0,008	0,13	28,37	0,8
149		Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	200	1,57	4,87	10,71	90,04	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94
516		Макаронные отварные	150	5,37	4,68	32,39	196,87	0,05		0,02	0,83	4,06	0,81
498		Котлеты рыбные с соусом	100	4,05	4,2	8,05	84,06	0,05	7,75	0,5	0,95	18,1	0,6
638		Компот из изюма	200	6,5	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69
ПР		Хлеб ржаной	40	2,34	0,27	16,8	73,5	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5
		ИТОГО	750	19,83	24,87	131,72	710,47	0,20	65,79	0,78	6,80	123,81	8,54
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1230,00	38,79	41,52	220,83	1314,96	0,32	68,42	0,90	7,18	583,30	9,82

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5-11 КЛАССАХ

И.д.	СБ	МЕНЮ	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	C	A	E	Ca	Fe
	302	Каша молочная рисовая с маслом слив.	205	5,29	7,57	34,62	229,59	0,04	1,16	0,04	0,21	111,49	0,49
ПР		Сыр порциями	15	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР		Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	945	Чай с молоком	200	3,12	2,51	24,69	146,3	0,03	1,3	0,02	0,04	120	0,1
		ИТОГО	480	18,96	16,65	89,11	604,49	0,12	2,63	0,12	0,38	459,49	1,28
		ОБЕД											
ТТК		Икра из моркови	60	1,08	2,46	5,58	49,3	0,037	2,46	0,008	0,13	28,37	0,8
149		Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	250	1,57	4,87	10,71	90,04	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94
516		Макаронные отварные	200	7,2	6,53	43,73	262,4	0,08	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94
498		Котлеты рыбные с соусом	100	4,05	4,2	8,05	84,06	0,05	7,75	0,5	0,95	18,1	0,6
638		Компот из изюма	200	1,08	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69
ПР		Хлеб ржаной	60	2,34	0,27	16,8	73,5	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5
		ИТОГО	870	17,32	29,18	148,64	825,30	0,26	78,13	0,99	8,06	184,04	9,47
		ИТОГ	1350	1,64	45,83	237,75	1429,79	0,38	80,76	1,11	8,44	643,53	10,75

Директор

Васильев С.А.

2 д

МЕНЮ НА

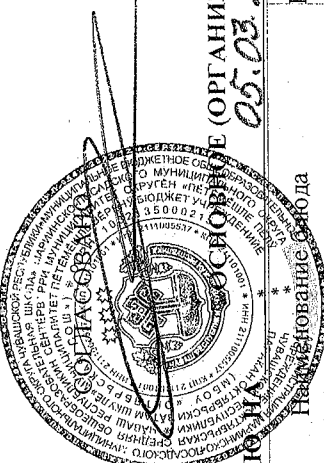
ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5 — II КЛАССАХ

05.03.2024

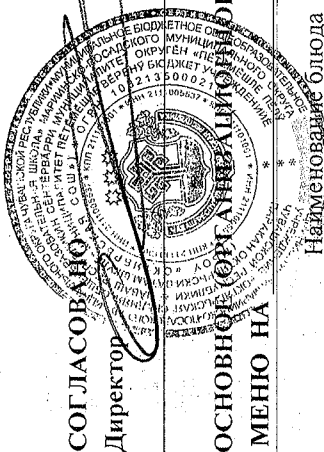
СБ	Наименование блюда	Выход (гр)		Пищевая ценность		Витаминные вещества												
		белки	жиры	углеводы	ккал	В1	А	Е	Са	Fe								
	ЗАВТРАК																	
160	Суп молочный с макаронными изделиями	6,86	12	29,25	252,81	0,16	1,17	0,05	0,72	129,44	1,52							
692	Кофейный напиток	0,54	0,1	8,58	33		1,38											
ПР	Хлеб пшеничный	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44							
СП	Масло сливочное	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001			45	0,1	2,4	0,02						
	ИТОГО	12,28	19,95	67,76	490,51	0,20	2,55		0,86	139,84	1,98							
	ОБЕД																	
13	Салат из свежесы варной с маслом растительным	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7		1,64	21,09	0,8							
124	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сме	1,52	4,94	6,49	79,76	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63							
259	Жаркое с говяжьей и картофелем	12,6	6,5	19	283,7	0,2	12,69		4,8	41,53	3,09							
685	Чай с сахаром	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11							
пр	Хлеб ржаной	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24							
	ИТОГО	17,95	15,69	50,61	620,37	0,31	41,71	2,70	14,88	117,32	6,87							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	30,23	35,64	118,37	1110,88	0,51	44,26	47,75	15,74	257,16	8,85							

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5 — II КЛАССАХ

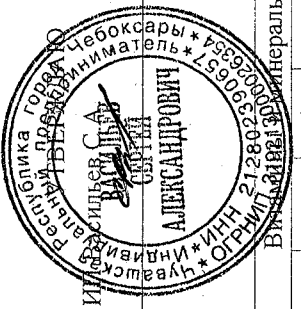
СБ	Наименование блюда	Выход (гр)		Пищевая ценность		Витаминные и минеральные вещества												
		белки	жиры	углеводы	ккал	В1	А	Е	Са	Fe								
	ЗАВТРАК																	
160	Суп молочный с макаронными изделиями	6,86	12	29,25	252,81	0,16	1,17	0,05	0,72	129,44	1,52							
692	Кофейный напиток	0,54	0,1	8,58	33		1,38											
ПР	Хлеб пшеничный	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44							
СП	Масло сливочное	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001			45	0,1	2,4	0,02						
	ИТОГО	12,28	19,95	67,76	490,51	0,20	2,55		0,86	139,84	1,98							
	ОБЕД																	
13	Салат из свежесы варной с маслом растительным	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7		1,64	21,09	0,8							
124	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сме	1,9	6,17	8,11	99,7	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63							
259	Жаркое с говяжьей и картофелем	13,6	7,02	20,52	306,4													
685	Чай с сахаром	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11							
пр	Хлеб ржаной	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24							
	ИТОГО	19,33	17,44	53,75	663,01	0,11	29,02	2,70	10,08	75,79	3,78							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	31,61	37,39	121,51	1153,52	0,31	31,57	47,75	10,94	215,63	5,76							



СОГЛАСОВАНО
Директор



Васильев С.А.



ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ I — 4 КЛАССОВ

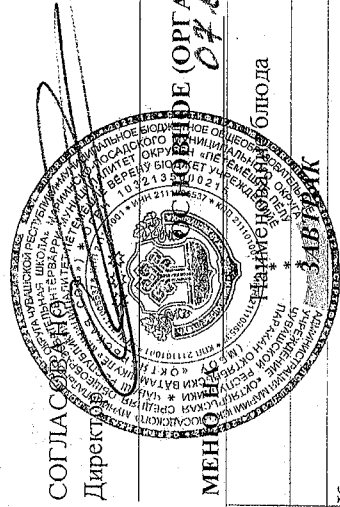
06.03.2024

3 д. МЕНЮ НА

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества												
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe						
	ЗАВТРАК																	
302	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	205	8,22	15,59	45,52	356,63	0,12	1,61	0,07	0,26	157,69	0,95						
СП	Масло сливочное	10	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25						
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44						
687	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11						
	ИТОГО	475	18,97	22,16	95,12	662,23	0,18	7,06	2,62	2,68	392,80	1,75						
	ОБЕД																	
ТТК	Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	60	0,43	3,384	0,858	35,41	0,047	9,18		1,09	15,5	0,35						
140	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	200	2,25	2,23	16,83	97,56	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86						
492	Плов с филе куриным	200	16,2	9,4	37,6	300					19,9	2,91						
687	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11						
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24						
	ИТОГО	720	21,90	15,61	75,69	635,97	0,19	31,74	2,75	8,55	78,87	6,47						
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1195	40,87	37,77	170,81	1298,20	0,37	38,80	5,37	11,23	471,67	8,22						

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5 — II КЛАССАХ

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
	ЗАВТРАК											
302	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	205	8,22	15,59	45,52	356,63	0,12	1,61	0,07	0,26	157,69	0,95
СП	Масло сливочное	10	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
687	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11
	ИТОГО	475	18,97	22,16	95,12	662,23	0,18	7,06	2,62	2,68	392,80	1,75
	ОБЕД											
ТТК	Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	60	0,43	3,384	0,858	35,41	0,047	9,18		1,09	15,5	0,35
140	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	250	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	0,78
492	Плов с филе куриным	250	20,3	11,8	47	375					24,8	3,6
687	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11
	ИТОГО	820	25,56	20,81	81,83	722,69	0,18	20,50	2,72	9,31	79,79	7,08
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1280	44,53	42,97	176,95	1384,92	0,36	27,56	5,34	11,99	472,59	8,83



4 Д МЕНЮ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 1 ПО 4 КЛАССАМ

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Макроэлементы						
			белки	жиры	углеводы	ккал	А	Е	Са	Fe		
302	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	6,2	9,53	42,48	290,77	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31	1,18
СП	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
79	Чай черный с яблочным соком	200	0,5	10,2	24,1	94	0,14	20	100			0,58
	ИТОГО	475,00	11,58	27,58	96,51	589,47	0,331	20,99	145,06	0,32	121,71	2,22
	ОБЕД											
139	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	200	4,11	4,27	15,6	118,63	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	1,64
39	Салат из помидор с маслом	50	0,4	1,9	2,00	24,40	1,30	10,00	4,40	5,30	0,90	0,20
302	Греча отварная рассыпчатая	150	5,33	4,35	19,95	140,5	0,08		0,053	0,55	14,49	4,65
498	Биточки из филе грудки	100	19,7	13,5	4,1	231	0,081		0,34		15,44	1,96
631	Компот из яблок	200	0,1	0,03	14,99	56,85						
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	760,00	32,46	24,65	57,24	697,38	1,681	20,98	5,013	11,84	73,01	10,69
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1235	44,04	52,23	153,75	1286,85	2,01	41,97	150,07	12,16	194,72	12,91

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5-11 КЛАССАХ

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества							
		белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe	
302	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	6,2	9,53	42,48	290,77	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31	1,18
СП	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
79	Чай черный с яблочным соком	200	0,5	10,2	24,1	94	0,14	20	100			0,58
	ИТОГО	475	11,58	27,58	96,51	589,47	0,331	20,99	145,06	0,32	121,71	2,22
	ОБЕД											
139	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	5,13	4,74	19,5	148,29	0,18	10,98	0,21	1,96	27,78	1,64
39	Салат из помидор с маслом	50	0,4	1,9	2	24,4	1,3	10,00	4,4	5,3	0,9	0,2
302	Греча отварная рассыпчатая	200	6,76	1,24	39,88	184	0,1		0,07	0,1	19,32	6,2
498	Биточки из филе грудки	100	19,7	13,5	4,1	231	0,081		0,34		15,44	1,96
631	Компот из яблок	200	0,1	0,03	14,99	56,85						
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	860	34,91	22,01	81,07	770,54	1,70	20,98	5,02	11,39	77,84	12,24
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1335	46,49	49,59	177,58	1360,01	2,03	41,97	150,08	11,71	199,55	14,46

СОГЛАСОВАНО
Директор



ИП В.А. Васильев, г. Тверь, ул. Матвеевская, д. 15/1

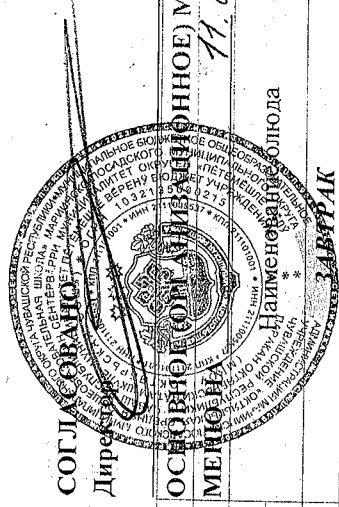
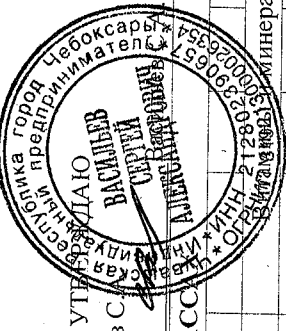


ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ I — 4 КЛАССОВ
МЕНЮ № 1
09.03.2024

СБ	Выход (гр)	Пищевая ценность	Витамины и минеральные вещества								
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca
302	205	8,4	9,53	42,48	290,82	0,16	1,16	0,04	0,19	120,21	1,28
648	200			14	52,4	0,01	1	4	0,2	0,2	0,04
СП	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02
ПР	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	ИТОГО	13,28	17,38	86,41	547,92	0,21	2,16	49,04	0,53	130,81	1,78
тгк	30	0,24	0,06	1,56	6	6,3	0,075	0,015	0,1	3,75	0,225
142	205	2,25	2,23	16,73	97,56	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
302	150	8,38	6,1	41,26	257,86	0,2		0,02	0,59	14,41	4,45
тгк	100	7,3	9,6	5,4	139	0,029	0,79		1,558	42,63	1,12
685	200	0,1	0,03	14,99	56,85						
ПР	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	21,09	18,62	80,54	683,27	6,66	18,15	0,30	7,46	97,15	8,90
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	34,37	36,00	166,95	1231,19	6,87	20,31	49,34	7,99	227,96	10,68

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ V — II КЛАССАХ

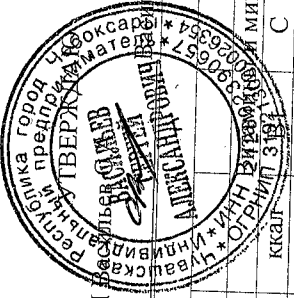
Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества					
		белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe		
ЗАВТРАК													
302	205	8,4	9,53	42,48	290,82	0,16	1,16	0,04	0,19	120,21	1,28		
648	200			14	52,4	0,01	1	4	0,2	0,2	0,04		
СП	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02		
ПР	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44		
	ИТОГО	13,28	17,38	86,41	547,92	0,21	2,16	49,04	0,53	130,81	1,78		
тгк	30	0,24	0,06	1,56	6	6,3	0,075	0,015	0,1	3,75	0,225		
142	255	2,5	2,48	20,91	121,95	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86		
302	200	9,3	6,78	45,84	286,51	0,2		0,02	0,59	14,41	4,45		
тгк	100	7,3	9,6	5,4	139	0,029	0,79		1,558	42,63	1,12		
685	200	0,1	0,03	14,99	56,85								
ПР	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24		
	ИТОГО	22,26	19,55	89,30	736,31	6,66	18,15	0,30	7,46	97,15	8,90		
	ИТОГО	35,54	36,93	175,71	1284,23	6,87	20,31	49,34	7,99	227,96	10,68		



7 д	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
333	Макароны отварные с сыром и маслом сливочным	217	9,7	9,22	27,69	233,83	0,05	0,14	0,07	0,83	65,05	0,87
	Какао с молоком	200	3,79	3,2	25,81	143	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	0,98
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	ИТОГО	477,00	18,29	13,02	83,30	515,43	0,13	1,44	0,09	0,88	198,17	2,29
	ОБЕД											
ТТК	Икра из моркови	60	1,08	2,46	5,58	49,3	0,037	2,46	0,008	0,13	28,37	0,8
133	Суп рыбный с консервами	200	7	7,2	6,2	117,8		9,11			45,3	1,27
492	Плов с куриным филе	200	16,2	9,4	37,6	300					19,9	2,91
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	14,99	56,85						
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	720,00	27,20	19,69	64,97	649,95	0,08	11,57	0,01	4,16	107,97	7,22
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1197,00	45,49	32,71	148,27	1165,38	0,21	13,01	0,10	5,04	306,14	9,51

7 д	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
333	Макароны отварные с сыром и маслом сливочным	217	9,7	9,22	27,69	233,83	0,05	0,14	0,07	0,83	65,05	0,87
	Какао с молоком	200	3,79	3,2	25,81	143	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	0,98
ПР	Хлеб пшеничный	60	3,04	0,32	12,44	95	0,02			0,02	4	0,22
	ИТОГО	477,00	16,53	12,74	65,94	471,83	0,11	1,44	0,09	0,86	194,17	2,07
	ОБЕД											
ТТК	Икра из моркови	60	1,08	2,46	5,58	49,3	0,037	2,46	0,008	0,13	28,37	0,8
133	Суп рыбный с консервами	250	8,75	9	7,75	130,5		9,11			45,3	1,27
492	Плов с куриным филе	250	20,3	11,8	47	375					19,9	2,91
686	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
685	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	14,99	56,85						
	ИТОГО	820,00	33,05	23,89	75,92	737,65	0,08	11,57	0,01	4,16	107,97	7,22
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1297,00	49,58	36,63	141,86	1209,48	0,19	13,01	0,10	5,02	302,14	9,29

СОГЛАСОВАНО
Директор



ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 - 4 КЛАССОВ

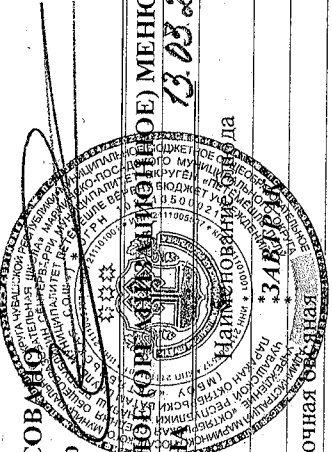
МЕНЮ НА 12.03.2014

8 д.	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
		белки	жиры	углеводы	ккал	С	А	Е	Ca	Fe	
302 Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	205	5,88	6	31,89	339,44	0,08	0,09	0,3	129,08	0,56	
79 Чай черный с яблочным соком	200	40	10,2	13,8	304	0,14	100		990	164	
ПР Сыр порциями	15	5,75	5,97		90	0,01	0,06	0,13	220	0,25	
ПР Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04		0,04	8	0,44	
ИТОГО	480,00	56,43	22,77	75,49	872,04	0,27	100,15	0,47	1347,08	165,25	
ОБЕД											
ТТК Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	60	0,43	3,384	0,858	35,41	0,047	9,18	1,09	15,5	0,35	
140 Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	200	2,25	2,23	16,83	97,56	0,09	0,26	1,18	21,96	0,86	
259 Жаркое из говядины	225	14,06	33,71	18,95	377	0,42	7,73	0,42	32,79	3,45	
ТТК Напиток лимонный	200	0,16	22	0,04	83,4	0,06	8	0,04	6,6	0,12	
ПР Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04		4,03	14,4	2,24	
ИТОГО	745,00	18,52	44,29	51,11	625,73	0,17	8,37	4,22	70,92	2,19	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1225,00	74,95	67,06	126,60	1497,77	0,44	108,52	4,69	1418,00	167,44	

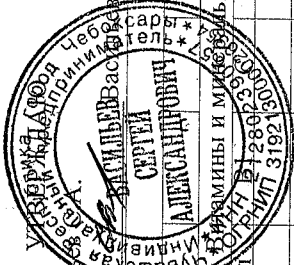
ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 - 11 КЛАССОВ

Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
		белки	жиры	углеводы	ккал	С	А	Е	Ca	Fe	
ЗАВТРАК											
302 Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	205	5,88	6	31,89	339,44	0,08	0,09	0,3	129,08	0,56	
79 Чай черный с яблочным соком	200	40	10,2	13,8	304	0,14	100		990	164	
ПР Сыр порциями	15	0,18	0,18	19,42	77	0,02	7,49	0,01	7,56	1,04	
ПР Хлеб пшеничный	60	3,02	0,32	19,44	95,2	0,04		0,04	8	0,44	
ИТОГО	480,00	49,08	16,70	84,55	815,64	0,28	100,10	0,35	1134,64	166,04	
ОБЕД											
ТТК Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	60	0,43	3,384	0,858	35,41	0,047	9,18	1,09	15,5	0,35	
140 Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	250	2,81	2,79	20,91	121,95	0,09	0,26	1,18	21,96	0,86	
259 Жаркое из говядины	275	18,75	44,95	25,27	502,67	0,42	7,73	0,42	32,79	3,45	
ТТК Напиток лимонный	200	0,16	22	0,04	83,4	0,06	8	0,04	6,6	0,12	
ПР Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04		4,03	14,4	2,24	
ИТОГО	845,00	24,97	73,72	47,68	869,43	0,66	8,68	6,34	91,25	7,02	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1325,00	74,05	90,42	132,23	1685,07	0,94	108,78	6,69	1225,89	173,06	

СОГЛАСОВАНО
Директор



ИП Васильев С.А.
Учреждение «Специализированная школа № 1»
Учреждение «Специализированная школа № 1»
Учреждение «Специализированная школа № 1»



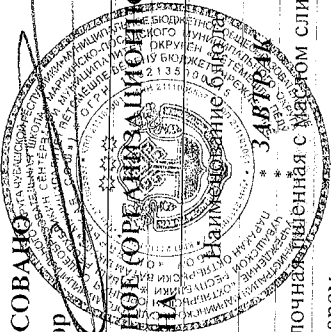
ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССАХ

9 д	СБ	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	А	Е	Са	Fe		
302	Каша молочная овсяная	205	6,2	9,53	42,48	290,77	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31	1,18
686	Чай с лимоном	200	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6	0,16	0,16	4	0,4
СП	Масло сливочное	10	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	ИТОГО	475,00	16,91	16,26	100,15	628,33	0,21	2,76	0,12	0,51	343,31	2,27
	ОБЕД											
71	Винегрет	60	0,88	3,05	5,39	51,42	0,02	21,61	0,13	1,39	24,34	0,32
140	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	205	1,52	4,94	6,49	79,76	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63
716	Рагу овощное с капустой, картофелем с соусом	200	2,88	8,34	15,2	202,8		12,6			56,4	1,14
ТТК	Биточки из филе грудки	100	19,7	13,5	4,1	231	0,081		0,34		15,44	1,96
492	Компот из сухофруктов	200	0,36		28,06	108,83	0,03			0,1	15,87	0,6
639	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	825,00	27,28	27,38	54,45	748,39	0,20	30,64	0,55	6,05	135,30	6,57
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1300,00	44,19	43,64	154,60	1376,72	0,41	33,40	0,67	6,56	478,61	8,84

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ

9 д	СБ	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
	ЗАВТРАК											
	Каша молочная овсяная	205	6,2	9,53	42,48	290,77	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31	1,18
302	Чай с лимоном	200	0,16	0,16	27,87	108,97	0,01	1,6	0,16	0,16	4	0,4
686	Масло сливочное	10	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
СП	Хлеб пшеничный	60	3,04	0,32	12,44	95	0,02			0,02	4	0,22
	ИТОГО	475,00	15,15	15,98	82,79	584,74	0,19	2,76	0,12	0,49	339,31	2,05
	ОБЕД											
71	Винегрет	60	0,88	3,05	5,39	51,42	0,02	21,61	0,13	1,39	24,34	0,32
140	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	255	1,9	6,17	8,11	99,7	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63
716	Рагу овощное с капустой, картофелем с соусом	200	3,6	10,42	19	253,5		15,75			70,5	1,42
ТТК	Биточки из филе грудки	100	19,7	13,5	4,1	231	0,081	0,34			15,44	1,96
492	Компот из сухофруктов	200	0,36		28,06	108,83	0,03			0,1	15,87	0,6
639	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	875,00	29,26	33,74	65,26	870,45	0,22	39,65	16,43	7,44	173,74	7,17
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1350,00	44,41	49,72	148,05	1455,19	0,41	42,41	16,55	7,93	513,05	9,22

СОГЛАСОВАНО
Директор



ИП Васильев Сергей Сергеевич
УТВЕРЖДАЮ
Васильев Сергей Сергеевич
Мать

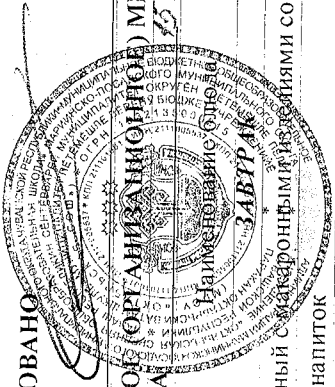
ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССАХ

10 д	СБ	Выход (гр)	Пищевая ценность			углеводы	ккал	Витамины и минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы			Вит. А	Вит. С	Вит. Е	Ca
302	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	8,4	9,53	42,48	290,82	0,16	0,04	0,19	120,21	1,28
685	Чай с сахаром	200	0,16	0,03	15,2	56,19	2,8		0,01	2,8	0,04
ПР	Сыр порциями	15	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04		0,04	8	0,44
	ИТОГО	480,00	19,11	16,13	87,48	575,61	0,21	4,13	0,37	351,01	2,01
	ОБЕД										
ТТК	Огурец соленый порц.	17	0,13	0,017	0,27	2,26	0,09	0,85	0,017	3,91	0,102
110	Борщ на мясном бульоне со сметаной	205	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	6,04	1,94	17,98	0,78
302	каша рисовая вязкая	180	4,88	8,14	47,83	199,5	0,03	3,48	0,38	3,48	0,69
371	Филе мятная тушеное с луком	100	9,29	1,78	3,29	65,76	0,06	1,03	0,38	35,34	0,1
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04		4,03	14,4	2,24
686	Чай с лимоном	200	1	0,03	14,99	56,85					
	ИТОГО	762,00	19,93	15,60	80,55	559,65	0,30	11,40	6,75	75,11	3,91
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1242,00	39,04	31,73	168,03	1135,26	0,51	15,53	7,12	426,12	5,92

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ

10 д	СБ	Выход (гр)	Пищевая ценность			углеводы	ккал	Витамины и минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы			Вит. А	Вит. С	Вит. Е	Ca
302	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	205	8,4	9,53	42,48	290,82	0,16	1,16	0,19	120,21	1,28
685	Чай с сахаром	200	0,16	0,03	15,2	56,19	2,8		0,01	2,8	0,04
ПР	Сыр порциями	15	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04		0,04	8	0,44
	ИТОГО	480,00	19,11	16,13	87,48	575,61	0,21	4,13	0,37	351,01	2,01
	ОБЕД										
ТТК	Огурец соленый порц.	30	0,24	0,03	0,48	4	0,01	1,5	0,03	6,9	0,18
110	Борщ на мясном бульоне со сметаной	255	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	6,04	1,94	17,98	0,78
302	каша рисовая вязкая	200	6,5	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,38	3,48	0,69
371	Филе мятная тушеное с луком	100	9,29	1,78	3,29	65,76	0,06	1,03	0,38	35,34	0,1
686	Чай с лимоном	200	3,12	0,36	12,48	98	0,02		0,02	4	0,22
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04		4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	845,00	23,78	18,65	94,19	669,04	0,24	12,05	6,78	82,10	4,21
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1325,00	42,89	34,78	181,67	1244,65	0,45	16,18	7,15	433,11	6,22

СОГЛАСОВАНО
Директор



ОСНОВНОЕ ОРГАНИЗАЦИОННОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ I — 4 КЛАССАХ

И.п.д.	Наименование блюда	Выход (гр)			Пищевая ценность		ккал	Витамины и минеральные вещества				
		белки	жиры	углеводы	белки	жиры		А	С	Е	Ca	Fe
160	Суп молочный с макаронными изделиями со сл маслом	205	6,86	12	29,25	252,81	0,16	0,05	0,72	129,44	1,52	
958	Кофейный напиток	200	0,54	0,1	8,58	33	1,38					
СП	Масло сливочное	10	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	220	0,25	
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04		0,04	8	0,44	
	ИТОГО	475,00	17,95	18,67	67,63	514,41	0,21	2,72	0,11	357,44	2,21	
13	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7	1,64	21,09	0,8	
142	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со смета	205	2,25	2,23	16,73	97,56	0,09	17,28	0,26	21,96	0,86	
302	Греча вязкая	150	5,33	4,35	19,95	140,48	0,08		0,053	0,55	4,65	
ТТК	Филе куриное в томатном соусе	80	11,52	4,08	2,16	92,16	0,042	1,55	0,0029	13,36	0,941	
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,12	0,36	12,48	98	0,02		0,02	4	0,22	
685	Чай с сахаром	200	0,16	0,03	15,2	56,19		2,8	0,01	2,8	0,04	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	725,00	23,19	14,70	71,24	538,30	0,24	27,33	0,32	63,21	7,51	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1200,00	41,14	33,37	138,87	1052,71	0,45	30,05	0,43	420,65	9,72	

ОСНОВНОЕ ОРГАНИЗАЦИОННОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ

И.п.д.	Наименование блюда	Выход (гр)			Пищевая ценность		ккал	Витамины и минеральные вещества				
		белки	жиры	углеводы	белки	жиры		А	С	Е	Ca	Fe
160	Суп молочный с макаронными изделиями со сл мас	205	7,62	13,3	32,5	280,9	0,16	1,17	0,05	129,44	1,52	
958	Кофейный напиток	200	0,54	0,1	8,58	33		1,38				
СП	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,04	0,32	19,44	95,2	0,04		0,04	8	0,44	
	ИТОГО	445	11,28	20,97	60,65	475,20	0,20	2,55	45,05	139,84	1,98	
13	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7	1,64	21,09	0,8	
142	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со смета	255	2,5	2,48	20,91	121,95	0,09	17,28	0,26	21,96	0,86	
302	Греча вязкая	200	7,1	5,8	26,6	187,3	0,08		0,053	14,49	4,65	
ТТК	Филе куриное в томатном соусе	80	11,52	4,08	2,16	92,16	0,042	1,55	0,0029	13,36	0,941	
ПР	Хлеб пшеничный	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	2,8	4,03	14,4	2,24	
685	Чай с сахаром	200	0,16	0,03	15,2	56,19			0,01	2,8	0,04	
	ИТОГО	855,00	24,91	16,64	70,19	637,51	0,26	27,33	0,32	88,10	9,53	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1300,00	36,19	37,61	130,84	1112,71	0,46	29,88	45,37	227,94	11,51	

ИП ВАСИЛЬЕВ С.А.
ИП ВАСИЛЬЕВ С.А.
ИП ВАСИЛЬЕВ С.А.



Витамины и минеральные вещества

