

**УТВЕРЖДАЮ:**

Индивидуальный предприниматель  
Васильев Сергей Александрович



А. Васильев/  
20\_\_ г.

**СОГЛАСОВАНО:**

И.о. директора Муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения

«Шоршелская средняя общеобразовательная школа  
имени летчика-космонавта А.Г. Николаева»

Мариинско-Посадского муниципального округа  
Чувашской Республики

/Е.Н. Егорова/  
20\_\_ г.



**ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ ПЕРИОД**

**ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

МБОУ «Шоршелская СОШ имени А.Г. Николаева»

Мариинско-Посадского муниципального округа Чувашской Республики



СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества										
				белки	жиры	углеводы	В1	С	А	Е	Ca	Fe					
	<b>ЗАВТРАК</b>																
302*	Каша молочная рисовая с маслом слив.	16,36	200/5	5,29	7,57	34,62	0,04	1,16	0,04	0,21	111,49	0,49					
97*	Сыр порциями	10,68	15	5,75	5,97	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25					
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	4,8	0,6	29,8	0,04			0,04	8	0,44					
378**	Чай с молоком	6,85	200	3,12	2,51	24,69	0,03	1,3	0,02		120	0,1					
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>480</b>	<b>18,96</b>	<b>16,65</b>	<b>89,11</b>	<b>0,12</b>	<b>2,63</b>	<b>0,12</b>	<b>0,38</b>	<b>459,49</b>	<b>1,28</b>					
	<b>ОБЕД</b>																
78*	Икра из моркови	6,14	60	1,08	2,46	5,58	0,037	2,46	0,008	0,13	28,37	0,8					
149*	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	12,52	200	1,57	4,87	10,71	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94					
516*	Макароны отварные	11,56	150	5,37	4,68	32,39	0,05		0,02	0,83	4,06	0,81					
388*	Котлеты рыбные с соусом	27,78	70/30	4,05	4,2	8,05	0,05	7,75	0,5	0,95	18,1	0,6					
638*	Компот из изюма	6,00	200	6,5	10,85	63,77	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69					
	Хлеб ржаной	4,00	40	2,34	0,27	16,8	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5					
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>68,00</b>	<b>750</b>	<b>19,83</b>	<b>24,87</b>	<b>131,72</b>	<b>0,20</b>	<b>65,79</b>	<b>0,78</b>	<b>6,80</b>	<b>123,81</b>	<b>8,54</b>					
	<b>ИТОГО</b>	<b>104,00</b>	<b>1230,00</b>	<b>38,79</b>	<b>41,52</b>	<b>220,83</b>	<b>0,32</b>	<b>68,42</b>	<b>0,90</b>	<b>7,18</b>	<b>583,30</b>	<b>9,82</b>					

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

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>												
302*	Каша молочная рисовая с маслом слив.	16,36	200/5	5,29	7,57	34,62	229,59	0,04	1,16	0,04	0,21	111,49	0,49
97*	Сыр порциями	10,68	15	5,75	5,97	90	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
378**	Чай с молоком	6,85	200	3,12	2,51	24,69	146,3	0,03	1,3	0,02		120	0,1
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>480</b>	<b>18,96</b>	<b>16,65</b>	<b>89,11</b>	<b>604,49</b>	<b>0,12</b>	<b>2,63</b>	<b>0,12</b>	<b>0,38</b>	<b>459,49</b>	<b>1,28</b>
	<b>ОБЕД</b>												
78*	Икра из моркови	6,14	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	16,37	250	1,57	4,87	10,71	90,04	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94
516*	Макароны отварные	13,71	200	7,2	6,53	43,73	262,4	0,08	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94

388*	Котлеты рыбные с соусом	27,78	70/30	4,05	4,2	8,05	84,06	0,05	7,75	0,5	0,95	18,1	0,6
638*	Компот из изюма	6,00	200	1,08	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5
	<b>ИТОГО</b>	<b>74,00</b>	<b>870</b>	<b>17,32</b>	<b>29,18</b>	<b>148,64</b>	<b>825,30</b>	<b>0,26</b>	<b>78,13</b>	<b>0,99</b>	<b>8,06</b>	<b>184,04</b>	<b>9,47</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>110,00</b>	<b>1350</b>	<b>1,64</b>	<b>45,83</b>	<b>237,75</b>	<b>1429,79</b>	<b>0,38</b>	<b>80,76</b>	<b>1,11</b>	<b>8,44</b>	<b>643,53</b>	<b>10,75</b>

\* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебопродиформ М-2004»

\*\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Могильного «М.Делприш, 2005,628 с.»



Васильев С.А.

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 1 ПО 4 КЛАССЫ**  
**МЕНЮ НА 2 день**

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества										
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe				
	<b>ЗАВТРАК</b>																
160*	Суп молочный с макаронными изделиями	17,44	200/5	6,86	12	29,25	252,81	0,16	1,17	0,05	0,72	129,44	1,52				
692*	Кофейный напиток	7,70	200	2,8	2,4	20	112		1,38								
ПР	Хлеб пшеничный	4,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44				
96*	Масло сливочное	6,75	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02				
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>475,00</b>	<b>14,54</b>	<b>22,25</b>	<b>79,18</b>	<b>569,51</b>	<b>0,20</b>	<b>2,55</b>	<b>45,05</b>	<b>0,86</b>	<b>139,84</b>	<b>1,98</b>				
	<b>ОБЕД</b>																
13*	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	5,16	60	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	15,95	200/5	1,52	4,94	6,49	79,76	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63				
259*	Жаркое с говядиной и картофелем	40,12	200/25	12,6	6,5	19	377	0,2	12,69		4,8	41,53	3,09				
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11				
пр	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24				
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>68,00</b>	<b>750,00</b>	<b>17,95</b>	<b>15,69</b>	<b>50,61</b>	<b>713,67</b>	<b>0,31</b>	<b>41,71</b>	<b>2,70</b>	<b>14,88</b>	<b>117,32</b>	<b>6,87</b>				
	<b>ИТОГО</b>	<b>104,00</b>	<b>1225,00</b>	<b>32,49</b>	<b>37,94</b>	<b>129,79</b>	<b>1283,18</b>	<b>0,51</b>	<b>44,26</b>	<b>47,75</b>	<b>15,74</b>	<b>257,16</b>	<b>8,85</b>				

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5 — 11 КЛАССАХ**

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества										
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe				
	<b>ЗАВТРАК</b>																
160*	Суп молочный с макаронными изделиями	17,44	200/5	6,86	12	29,25	252,81	0,16	1,17	0,05	0,72	129,44	1,52				
692*	Кофейный напиток	7,70	200	2,8	2,4	20	112		1,38								
ПР	Хлеб пшеничный	4,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44				
96*	Масло сливочное	6,75	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02				
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>475,00</b>	<b>14,54</b>	<b>22,25</b>	<b>79,18</b>	<b>569,51</b>	<b>0,20</b>	<b>2,55</b>	<b>45,05</b>	<b>0,86</b>	<b>139,84</b>	<b>1,98</b>				
	<b>ОБЕД</b>																
13*	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	5,16	60	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	16,74	2050/5	1,9	6,17	8,11	99,7	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63				
259*	Жаркое с говядиной и картофелем	45,33	250/25	13,6	7,02	20,52	460,7	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11				
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,2		19,8	77	0,04			4,03	14,4	2,24				
пр	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24				
	<b>ИТОГО</b>	<b>74,00</b>	<b>850,00</b>	<b>19,33</b>	<b>17,44</b>	<b>53,75</b>	<b>817,31</b>	<b>0,11</b>	<b>29,02</b>	<b>2,70</b>	<b>10,08</b>	<b>75,79</b>	<b>3,78</b>				

	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	110	1325	33,87	39,69	132,93	1386,82	0,31	31,57	47,75	10,94	215,63	5,76
--	---------------	-----	------	-------	-------	--------	---------	------	-------	-------	-------	--------	------

\* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебпродинформ М-2004»

\*\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Могильного «М.Делтрин, 2005, 628 с.»



СОГЛАСОВАНО  
Директор



ИП Вадим Сергеевич Васильев С.А.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ I — 4 КЛАССОВ  
МЕНЮ НА 3 день

СР	Наименование блюда	Цена (руб/выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества											
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe					
	<b>ЗАВТРАК</b>																
302*	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	22,37	200/5	8,22	15,59	45,52	356,63	0,12	1,61	0,07	0,26	157,69	0,95				
96*	Масло сливочное	6,75	10	5,75	5,97	90		0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25				
ПР	Хлеб пшеничный	4,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44				
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,2	19,8	77		0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11				
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>475</b>	<b>18,97</b>	<b>22,16</b>	<b>95,12</b>	<b>662,23</b>	<b>0,18</b>	<b>7,06</b>	<b>2,62</b>	<b>2,68</b>	<b>392,80</b>	<b>1,75</b>				
	<b>ОБЕД</b>																
42**	Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	9,19	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 булье	9,85	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	42,19	200	16,2	9,4	37,6	300					19,9	2,91				
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,2	19,8	77		0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11				
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24				
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,00</b>	<b>720</b>	<b>21,90</b>	<b>15,61</b>	<b>75,69</b>	<b>635,97</b>	<b>0,19</b>	<b>31,74</b>	<b>2,75</b>	<b>8,55</b>	<b>78,87</b>	<b>6,47</b>				
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>104,00</b>	<b>1195</b>	<b>40,87</b>	<b>37,77</b>	<b>170,81</b>	<b>1298,20</b>	<b>0,37</b>	<b>38,80</b>	<b>5,37</b>	<b>11,23</b>	<b>471,67</b>	<b>8,22</b>				

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

СР	Наименование блюда	Цена (руб/выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества							
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe	
	<b>ЗАВТРАК</b>												
302*	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	22,37	200/5	8,22	15,59	45,52	356,63	0,12	1,61	0,07	0,26	157,69	0,95
96*	Масло сливочное	6,75	10	5,75	5,97	90		0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	4,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,2	19,8	77		0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>475</b>	<b>18,97</b>	<b>22,16</b>	<b>95,12</b>	<b>662,23</b>	<b>0,18</b>	<b>7,06</b>	<b>2,62</b>	<b>2,68</b>	<b>392,80</b>	<b>1,75</b>
	<b>ОБЕД</b>												
42**	Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	9,19	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 булье	10,64	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	47,40	250	20,3	11,8	47	375					24,8	3,6

685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,249	7,11	0,11
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
	<b>ИТОГО</b>	<b>74,00</b>	<b>825</b>	<b>25,56</b>	<b>20,81</b>	<b>81,83</b>	<b>722,69</b>	<b>0,18</b>	<b>20,50</b>	<b>2,72</b>	<b>9,31</b>	<b>79,79</b>	<b>7,08</b>
	<b>ИТОГО ЗА</b>	<b>110,00</b>	<b>1280</b>	<b>44,53</b>	<b>42,97</b>	<b>176,95</b>	<b>1384,92</b>	<b>0,36</b>	<b>27,56</b>	<b>5,34</b>	<b>11,99</b>	<b>472,59</b>	<b>8,83</b>

\* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебродиформ М-2004»

\*\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Делтрин, 2005,628 с.»



СОГЛАСОВАНО  
Директор



**МЕНЮ НА 4 день**  
**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 1 ПО 4 КЛАССЫ**

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества							
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe	
<b>ЗАВТРАК</b>														
302*	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	20,71	200/5	6,2	9,53	42,48	290,77	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31		
96*	Масло сливочное	6,75	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4		1,18
ПР	Хлеб пшеничный	4,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04		100	0,04	8		0,02
79**	Чай черный с яблочным соком	4,43	200	0,5	10,2	24,1	94	0,14	20					0,44
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>475,00</b>	<b>11,58</b>	<b>27,58</b>	<b>96,51</b>	<b>589,47</b>	<b>0,331</b>	<b>20,99</b>	<b>145,06</b>	<b>0,32</b>	<b>121,71</b>		<b>2,22</b>
<b>ОБЕД</b>														
139*	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	13,85	200	4,11	4,27	15,6	118,63	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78		1,64
19**	Салат из помидор с маслом	9,00	50	0,4	1,9	2,00	24,40	1,30	10,00	4,40	5,30	0,90		0,20
508*	Греча отварная рассыпчатая	8,29	150	5,33	4,35	19,95	140,5	0,08		0,053	0,55	14,49		4,65
498*	Биточки из филе грудки	28,70	50/50	19,7	13,5	4,1	231	0,081		0,34		15,44		1,96
631*	Компот из яблок	4,16	200	0,1	0,03	14,99	56,85							
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4		2,24
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,00</b>	<b>760,00</b>	<b>32,46</b>	<b>24,65</b>	<b>57,24</b>	<b>697,38</b>	<b>1,681</b>	<b>20,98</b>	<b>5,013</b>	<b>11,84</b>	<b>73,01</b>		<b>10,69</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>104,00</b>	<b>1235</b>	<b>44,04</b>	<b>52,23</b>	<b>153,75</b>	<b>1286,85</b>	<b>2,01</b>	<b>41,97</b>	<b>150,07</b>	<b>12,16</b>	<b>194,72</b>		<b>12,91</b>

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

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества							
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe	
<b>ЗАВТРАК</b>														
302*	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	20,71	200/5	6,2	9,53	42,48	290,77	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31		
96*	Масло сливочное	6,75	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4		1,18
ПР	Хлеб пшеничный	4,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04		100	0,04	8		0,02
79**	Чай черный с яблочным соком	4,43	200	0,5	10,2	24,1	94	0,14	20					0,44
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>475</b>	<b>11,58</b>	<b>27,58</b>	<b>96,51</b>	<b>589,47</b>	<b>0,331</b>	<b>20,99</b>	<b>145,06</b>	<b>0,32</b>	<b>121,71</b>		<b>2,22</b>
<b>ОБЕД</b>														
139*	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	17,31	250	5,13	4,74	19,5	148,29	0,18	10,98	0,21	1,96	27,78		1,64
19**	Салат из помидор с маслом	9,00	50	0,4	1,9	2	24,4	1,3	10,00	4,4	5,3	0,9		0,2
508*	Греча отварная рассыпчатая	10,83	200	6,76	1,24	39,88	184	0,1		0,07	0,1	19,32		6,2



498*	Биточки из филе грудки	28,70	50/50	19,7	13,5	4,1	231	0,081	0,34	15,44	1,96
631*	Компот из яблок	4,16	200	0,1	0,03	14,99	56,85				
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04		14,4	2,24
	<b>ИТОГО</b>	<b>74,00</b>	<b>860</b>	<b>34,91</b>	<b>22,01</b>	<b>81,07</b>	<b>770,54</b>	<b>1,70</b>	<b>5,02</b>	<b>77,84</b>	<b>12,24</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>110,00</b>	<b>1335</b>	<b>46,49</b>	<b>49,59</b>	<b>177,58</b>	<b>1360,01</b>	<b>2,03</b>	<b>150,08</b>	<b>199,55</b>	<b>14,46</b>

\* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В. Т. Лапиной «Хлебпродинформ М-2004»

\*\* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М. П. Мозильного «М. Делтрин, 2005, 628 с.»



**СОГЛАСОВАНО**  
Директор



УТВЕРЖДАЮ  
Директор

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССАХ**

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества							
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe			
<b>ЗАВТРАК</b>																
302*	Каша манная молочная с маслом сливочным	20,44	200/5	7,2	12,8	51,16	244	0,25		0,07	0,73	17,88	5,53			
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,16	0,03	15,2	56,19		2,8		0,01	2,8	0,04			
97*	Сыр порциями	10,68	15	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25			
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44			
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>480,00</b>	<b>17,91</b>	<b>19,40</b>	<b>96,16</b>	<b>528,79</b>	<b>0,30</b>	<b>2,97</b>	<b>0,13</b>	<b>0,91</b>	<b>248,68</b>	<b>6,26</b>			
<b>ОБЕД</b>																
71*	Винегрет	3,72	40	0,88	3,05	5,39	51,42	0,02	21,61	0,13	1,39	24,34	0,32			
138*	Суп картофельный с крупой на кур. бульоне	9,74	200	6,2	1	4,2	67	0,068	5,98	0,002	0,414	18,44	0,886			
520*	Картофельное пюре	8,06	150	8,38	6,1	41,26	257,86	0,2		0,02	0,59	14,41	4,45			
471*	Фрикадельки их говядины с соусом	37,63	55/50	7,47	8,37	8,05	139,1	0,03	1,6	0,02	2,86	18,26	1,14			
639*	Компот из сухофруктов	4,85	200	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01			0,16	4	0,4			
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24			
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,00</b>	<b>755,00</b>	<b>25,91</b>	<b>19,28</b>	<b>87,37</b>	<b>750,34</b>	<b>0,37</b>	<b>29,19</b>	<b>0,17</b>	<b>9,44</b>	<b>93,85</b>	<b>9,44</b>			
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>																
		<b>104,00</b>	<b>1235,00</b>	<b>43,82</b>	<b>38,68</b>	<b>183,53</b>	<b>1279,13</b>	<b>0,67</b>	<b>32,16</b>	<b>0,30</b>	<b>10,35</b>	<b>342,53</b>	<b>15,70</b>			

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ**

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества							
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe			
<b>ЗАВТРАК</b>																
302*	Каша манная молочная с маслом сливочным	20,44	200/5	10,04	7,57	51,16	244	0,25		0,07	0,73	17,88	5,53			
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,16	0,03	15,2	56,19		2,8		0,01	2,8	0,04			
97*	Сыр порциями	10,68	15	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25			
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44			
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>480,00</b>	<b>20,75</b>	<b>14,17</b>	<b>96,16</b>	<b>528,79</b>	<b>0,30</b>	<b>2,97</b>	<b>0,13</b>	<b>0,91</b>	<b>248,68</b>	<b>6,26</b>			
<b>ОБЕД</b>																
71*	Винегрет	3,72	40	0,88	3,05	5,39	51,42	0,02	21,61	0,13	1,39	24,34	0,32			
138*	Суп картофельный с крупой на кур. бульоне	14,30	250	7,75	1,25	5,25	83,7	0,085	7,47	0,0025	0,517	23,05	1,1			
520*	Картофельное пюре	9,50	200	9,3	6,78	45,84	286,51	0,2		0,02	0,59	14,41	4,45			
471*	Фрикадельки их говядины с соусом	37,63	55/50	7,47	8,37	8,05	139,1	0,03	0,02	0,02	2,86	18,26	1,14			

639*	Компот из сухофруктов	4,85	200	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6	0,16	4	0,4
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04		4,03	14,4	2,24
	<b>ИТОГО</b>	<b>74,00</b>	<b>855,00</b>	<b>28,38</b>	<b>20,21</b>	<b>93,00</b>	<b>795,69</b>	<b>0,39</b>	<b>30,68</b>	<b>9,55</b>	<b>98,46</b>	<b>9,65</b>
		<b>110</b>	<b>1335</b>	<b>49,13</b>	<b>34,38</b>	<b>189,16</b>	<b>1324,48</b>	<b>0,69</b>	<b>33,65</b>	<b>10,46</b>	<b>347,14</b>	<b>15,91</b>

\* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебобродиформ М-2004»

\*\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Делтри, 2005.628 с.»



СОГЛАСОВАНО  
Директор



ИТ  
ВАСИЛЬЕВ  
АЛЕКСАНДРОВИЧ

Ильин С.А.

СР	Наименование блюда	Цена (руб/выход (г))	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe	
	<b>ЗАВТРАК</b>												
302*	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	20,71	200/5	8,4	9,53	42,48	290,82	0,16	1,16	0,04	0,19	120,21	1,28
648*	Кисель ягодный из концентрата	4,43	200			14	52,4	0,01	1	4	0,2	0,2	0,04
96*	Масло сливочное	6,75	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02
ПР	Хлеб пшеничный	4,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>475,00</b>	<b>13,28</b>	<b>17,38</b>	<b>86,41</b>	<b>547,92</b>	<b>0,21</b>	<b>2,16</b>	<b>49,04</b>	<b>0,53</b>	<b>130,81</b>	<b>1,78</b>
	<b>ОБЕД</b>												
14**	Помидор в нарезке	7,94	30	0,24	0,06	1,56	6	6,3	0,075	0,015	0,1	3,75	0,225
142*	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со сме	19,00	200/5	2,25	2,23	16,73	97,56	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
302*	Каша пшеничная	5,02	150	8,38	6,1	41,26	257,86	0,2		0,02	0,59	14,41	4,45
498*	Котлета куриная припущенная с соусом	29,27	50/50	7,3	9,6	5,4	139	0,029	0,79		1,558	42,63	1,12
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,1	0,03	14,99	56,85						
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,00</b>	<b>745,00</b>	<b>21,09</b>	<b>18,62</b>	<b>80,54</b>	<b>683,27</b>	<b>6,66</b>	<b>18,15</b>	<b>0,30</b>	<b>7,46</b>	<b>97,15</b>	<b>8,90</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>104,00</b>	<b>1220,00</b>	<b>34,37</b>	<b>36,00</b>	<b>166,95</b>	<b>1231,19</b>	<b>6,87</b>	<b>20,31</b>	<b>49,34</b>	<b>7,99</b>	<b>227,96</b>	<b>10,68</b>

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

СР	Наименование блюда	Цена (руб/выход (г))	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe	
	<b>ЗАВТРАК</b>												
302*	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	20,71	200/5	8,4	9,53	42,48	290,82	0,16	1,16	0,04	0,19	120,21	1,28
648*	Кисель ягодный из концентрата	4,43	200			14	52,4	0,01	1	4	0,2	0,2	0,04
96*	Масло сливочное	6,75	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02
ПР	Хлеб пшеничный	4,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>475,00</b>	<b>13,28</b>	<b>17,38</b>	<b>86,41</b>	<b>547,92</b>	<b>0,21</b>	<b>2,16</b>	<b>49,04</b>	<b>0,53</b>	<b>130,81</b>	<b>1,78</b>
	<b>ОБЕД</b>												
14**	Помидор в нарезке	7,94	30	0,24	0,06	1,56	6	6,3	0,075	0,015	0,1	3,75	0,225
142*	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со сме	20,35	250/5	2,5	2,48	20,91	121,95	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
302*	Каша пшеничная	9,67	200	9,3	6,78	45,84	286,51	0,2		0,02	0,59	14,41	4,45

498*	Котлета куриная припущенная с соусом	29,27	50/50	7,3	9,6	5,4	139	0,029	0,79	1,558	42,63	1,12
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,1	0,03	14,99	56,85					
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04		4,03	14,4	2,24
	ИТОГО	74,00	845,00	22,26	19,55	89,30	736,31	6,66	18,15	7,46	97,15	8,90
	ИТОГО	110	1320	35,54	36,93	175,71	1284,23	6,87	20,31	7,99	227,96	10,68

\* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебпродинформ М-2004»

\*\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Делтрин, 2005, 628 с.»



СОГЛАСОВАНО  
Директор



ВАСИЛЬЕВ УТРО  
АЛЕКСАНДРОВИЧ  
Чувашская Республика  
Индийская предпринимательская группа

СР	Наименование блюда	Цена (руб)Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества											
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe					
	<b>ЗАВТРАК</b>																
333*	Макароны отварные с сыром и маслом сливочным	19,38	200/12/5	9,7	9,22	27,69	233,83	0,05	0,14	0,07	0,83	65,05	0,87				
693*	Какао с молоком	12,51	200	3,79	3,2	25,81	143	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	0,98				
ПР	Хлеб пшеничный	4,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44				
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>477,00</b>	<b>18,29</b>	<b>13,02</b>	<b>83,30</b>	<b>515,43</b>	<b>0,13</b>	<b>1,44</b>	<b>0,09</b>	<b>0,88</b>	<b>198,17</b>	<b>2,29</b>				
78*	Икра из моркови	6,14	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	12,90	200	7	7,2	6,2	117,8		9,11			45,3	1,27				
492*	Плов с куриным филе	42,19	200	16,2	9,4	37,6	300					19,9	2,91				
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,1	0,03	14,99	56,85										
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24				
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,00</b>	<b>720,00</b>	<b>27,20</b>	<b>19,69</b>	<b>64,97</b>	<b>649,95</b>	<b>0,08</b>	<b>11,57</b>	<b>0,01</b>	<b>4,16</b>	<b>107,97</b>	<b>7,22</b>				
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>104,00</b>	<b>1197,00</b>	<b>45,49</b>	<b>32,71</b>	<b>148,27</b>	<b>1165,38</b>	<b>0,21</b>	<b>13,01</b>	<b>0,10</b>	<b>5,04</b>	<b>306,14</b>	<b>9,51</b>				

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

СР	Наименование блюда	Цена (руб)Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества							
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe	
	<b>ЗАВТРАК</b>												
333*	Макароны отварные с сыром и маслом сливочным	19,38	200/12/5	9,7	9,22	27,69	233,83	0,05	0,14	0,07	0,83	65,05	0,87
693*	Какао с молоком	12,51	200	3,79	3,2	25,81	143	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	0,98
ПР	Хлеб пшеничный	4,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>477,00</b>	<b>18,29</b>	<b>13,02</b>	<b>83,30</b>	<b>515,43</b>	<b>0,13</b>	<b>1,44</b>	<b>0,09</b>	<b>0,88</b>	<b>198,17</b>	<b>2,29</b>
78*	Икра из моркови	6,14	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	13,69	250	8,75	9	7,75	130,5		9,11			45,3	1,27
492*	Плов с куриным филе	47,40	250	20,3	11,8	47	375					19,9	2,91
685*	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
ПР	Чай с сахаром	2,77	200	0,1	0,03	14,99	56,85						
	<b>ИТОГО</b>	<b>74,00</b>	<b>820,00</b>	<b>33,05</b>	<b>23,89</b>	<b>75,92</b>	<b>737,65</b>	<b>0,08</b>	<b>11,57</b>	<b>0,01</b>	<b>4,16</b>	<b>107,97</b>	<b>7,22</b>

**ОБЕД**

	ИТОГО ЗА ДЕ	110,00	1297,00	51,34	36,91	159,22	1253,08	0,21	13,01	0,10	5,04	306,14	9,51
--	-------------	--------	---------	-------	-------	--------	---------	------	-------	------	------	--------	------

\* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лавиной «Хлебродиформ М-2004»

\*\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Делтрин, 2005,628 с.»

СОБЛАСОВАНО

Директор



## ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССОВ

СР	Наименование блюда	Цена (руб/выход (гр	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества										
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe				
	<b>ЗАВТРАК</b>															
302*	Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	18,78	200/5	5,88	6	31,89	339,44	0,08	1,31	0,09	0,3	129,08	0,56			
79**	Чай черный с яблочным соком	4,43	200	40	10,2	13,8	23	0,14	20	100		990	164			
97*	Сыр поршиями	10,68	15	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25			
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44			
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>480,00</b>	<b>56,43</b>	<b>22,77</b>	<b>75,49</b>	<b>591,04</b>	<b>0,27</b>	<b>21,48</b>	<b>100,15</b>	<b>0,47</b>	<b>1347,08</b>	<b>165,25</b>			
	<b>ОБЕД</b>															
42**	Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	8,55	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	9,85	200	2,25	2,23	16,83	97,56	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86			
436*	Жаркое из говядины	40,12	200/25	14,06	33,71	18,95	377	0,42	7,73	0,42		32,79	3,45			
ТТК	Напиток лимонный	5,48	200	0,16	22	0,04	83,4	0,06	4,6	8	0,04	6,6	0,12			
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24			
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,00</b>	<b>745,00</b>	<b>18,52</b>	<b>44,29</b>	<b>51,11</b>	<b>625,73</b>	<b>0,17</b>	<b>37,59</b>	<b>8,37</b>	<b>4,22</b>	<b>70,92</b>	<b>2,19</b>			
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>104,00</b>	<b>1225,00</b>	<b>74,95</b>	<b>67,06</b>	<b>126,60</b>	<b>1216,77</b>	<b>0,44</b>	<b>59,07</b>	<b>108,52</b>	<b>4,69</b>	<b>1418,00</b>	<b>167,44</b>			

## ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 - 11 КЛАССОВ

СР	Наименование блюда	Цена (руб/выход (гр	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества							
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe	
	<b>ЗАВТРАК</b>												
302*	Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	18,78	200/5	5,88	6	31,89	339,44	0,08	1,31	0,09	0,3	129,08	0,56
79**	Чай черный с яблочным соком	4,43	200	40	10,2	13,8	23	0,14	20	100		990	164
97*	Сыр поршиями	10,68	15	0,18	0,18	19,42	77	0,02	7,49	0,01	0,01	7,56	1,04
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	3,02	0,32	19,44	95,2	0,04			0,04	8	0,44
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>480,00</b>	<b>49,08</b>	<b>16,70</b>	<b>84,55</b>	<b>534,64</b>	<b>0,28</b>	<b>28,80</b>	<b>100,10</b>	<b>0,35</b>	<b>1134,64</b>	<b>166,04</b>
	<b>ОБЕД</b>												
42**	Салат их картофеля с сол. огурцом и горошком	8,55	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	10,64	250	2,81	2,79	20,91	121,95	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
436*	Жаркое из говядины	45,33	250/25	18,75	44,95	25,27	460,7	0,42	7,73	0,42		32,79	3,45
ТТК	Напиток лимонный	5,48	200	0,16	22	0,04	83,4	0,06	4,6	8	0,04	6,6	0,12



Пр	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	0,04	126	4,03	14,4	2,24
	<b>ИТОГО</b>	<b>74,00</b>	<b>845,00</b>	<b>24,97</b>	<b>47,68</b>	<b>73,72</b>	<b>0,66</b>	<b>827,46</b>	<b>8,68</b>	<b>91,25</b>	<b>7,02</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>110,00</b>	<b>1325,00</b>	<b>74,05</b>	<b>132,23</b>	<b>90,42</b>	<b>0,94</b>	<b>1362,10</b>	<b>67,59</b>	<b>1225,89</b>	<b>173,06</b>

\* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебродиформ М-2004»

\*\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Делприн, 2005,628 с.»



СОГЛАСОВАНО  
Директор



ЖДАЮ  
Васильев С.А.

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ I — 4 КЛАССОВ  
МЕНЮ НА 9 день**

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность		Витамины и минеральные вещества												
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe					
	<b>ЗАВТРАК</b>																	
302*	Каша молочная овсяная	22,71	200/5	6,2	9,53	42,48	290,77	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31	1,18					
686*	Чай с лимоном	4,43	200	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6		0,16	4	0,4					
96*	Масло сливочное	6,75	10	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25					
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04	2,76	0,12	0,04	8	0,44					
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>475,00</b>	<b>16,91</b>	<b>16,26</b>	<b>100,15</b>	<b>628,33</b>	<b>0,21</b>			<b>0,51</b>	<b>343,31</b>	<b>2,27</b>					
	<b>ОБЕД</b>																	
71*	Винегрет	5,50	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 сметан	15,95	200/5	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	9,00	200	2,88	8,34	15,2	202,8		12,6			56,4	1,14					
498*	Биточки из филе грудки	28,70	50/50	19,7	13,5	4,1	231	0,081		0,34		15,44	1,96					
639*	Компот из сухофруктов	4,85	200	0,36		28,06	108,83	0,03			0,1	15,87	0,6					
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24					
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,00</b>	<b>825,00</b>	<b>27,28</b>	<b>27,38</b>	<b>54,45</b>	<b>748,39</b>	<b>0,20</b>	<b>30,64</b>	<b>0,55</b>	<b>6,05</b>	<b>135,30</b>	<b>6,57</b>					
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>104,00</b>	<b>1300,00</b>	<b>44,19</b>	<b>43,64</b>	<b>154,60</b>	<b>1376,72</b>	<b>0,41</b>	<b>33,40</b>	<b>0,67</b>	<b>6,56</b>	<b>478,61</b>	<b>8,84</b>					

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ**

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность		Витамины и минеральные вещества							
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>												
302*	Каша молочная овсяная	22,71	200/5	6,2	9,53	42,48	290,77	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31	1,18
686*	Чай с лимоном	4,43	200	0,16	0,16	27,87	108,97	0,01	1,6		0,16	4	0,4
96*	Масло сливочное	6,75	10	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	3,04	0,32	12,44	95	0,02	2,76	0,12	0,02	4	0,22
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>475,00</b>	<b>15,15</b>	<b>15,98</b>	<b>82,79</b>	<b>584,74</b>	<b>0,19</b>			<b>0,49</b>	<b>339,31</b>	<b>2,05</b>
	<b>ОБЕД</b>												
71*	Винегрет	5,50	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 сметан	16,74	250/5	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	14,21	200	3,6	10,42	19	253,5		15,75			70,5	1,42
498*	Биточки из филе грудки	28,70	50/50	19,7	13,5	4,1	231	0,081		0,34		15,44	1,96

639*	Компот из сухофруктов	4,85	200	0,36	28,06	108,83	0,03		0,1	15,87	0,6
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	126	0,04		4,03	14,4	2,24
	<b>ИТОГО</b>	<b>74,00</b>	<b>875,00</b>	<b>29,26</b>	<b>33,74</b>	<b>870,45</b>	<b>0,22</b>	<b>39,65</b>	<b>7,44</b>	<b>173,74</b>	<b>7,17</b>
	<b>ИТОГО ЗА Д</b>	<b>110,00</b>	<b>1350,00</b>	<b>44,41</b>	<b>49,72</b>	<b>1455,19</b>	<b>0,41</b>	<b>42,41</b>	<b>7,93</b>	<b>513,05</b>	<b>9,22</b>

\* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебродиформ М-2004»

\*\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Делтрип, 2005,628 с.»



СОГЛАСОВАНО  
Директор



ВАСИЛЬЕВ УТ  
ИП  
АЛЕКСАНДРОВИЧ

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ I — 4 КЛАССАХ**

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>												
302*	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	20,44	200/5	8,4	9,53	42,48	290,82	0,16	1,16	0,04	0,19	120,21	1,28
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,16	0,03	15,2	56,19		2,8		0,01	2,8	0,04
97*	Сыр порциями	10,68	15	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>480,00</b>	<b>19,11</b>	<b>16,13</b>	<b>87,48</b>	<b>575,61</b>	<b>0,21</b>	<b>4,13</b>	<b>0,10</b>	<b>0,37</b>	<b>351,01</b>	<b>2,01</b>
	<b>ОБЕД</b>												
ТТК	Огулец соленый порц.	5,58	17	0,13	0,017	0,27	2,26	0,09	0,85	0,005	0,017	3,91	0,102
110*	Борщ на мясном бульоне со сметаной	19,90	200/5	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	0,78
302*	каша рисовая вязкая	9,03	200	6,5	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69
371*	Филе минтая тушеное с луком	25,33	50/50	9,29	1,78	3,29	65,76	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	0,1
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
686*	Чай с лимоном	4,16	200	3,12	0,03	14,99	56,85						
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>68,00</b>	<b>782,00</b>	<b>23,67</b>	<b>18,31</b>	<b>96,49</b>	<b>626,15</b>	<b>0,30</b>	<b>11,40</b>	<b>0,32</b>	<b>6,75</b>	<b>75,11</b>	<b>3,91</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>104,00</b>	<b>1262,00</b>	<b>42,78</b>	<b>34,44</b>	<b>183,97</b>	<b>1201,76</b>	<b>0,51</b>	<b>15,53</b>	<b>0,42</b>	<b>7,12</b>	<b>426,12</b>	<b>5,92</b>

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ**

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
	<b>ЗАВТРАК</b>												
302*	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	20,44	200/5	8,4	9,53	42,48	290,82	0,16	1,16	0,04	0,19	120,21	1,28
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,16	0,03	15,2	56,19		2,8		0,01	2,8	0,04
97*	Сыр порциями	10,68	15	5,75	5,97		90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>480,00</b>	<b>19,11</b>	<b>16,13</b>	<b>87,48</b>	<b>575,61</b>	<b>0,21</b>	<b>4,13</b>	<b>0,10</b>	<b>0,37</b>	<b>351,01</b>	<b>2,01</b>
	<b>ОБЕД</b>												
ТТК	Огулец соленый порц.	6,74	30	0,24	0,03	0,48	4	0,01	1,5	0,01	0,03	6,9	0,18
110*	Борщ на мясном бульоне	24,74	250/5	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	0,78
302*	каша рисовая вязкая	9,03	200	6,5	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69
371*	Филе минтая тушеное с луком	25,33	50/50	9,29	1,78	3,29	65,76	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	0,1
ПР	Чай с лимоном	4,16	200	3,12	0,36	12,48	98	0,02			0,02	4	0,22

686*	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04	4,03	14,4	2,24
	<b>ИТОГО</b>	<b>74,00</b>	<b>845,00</b>	<b>23,78</b>	<b>18,65</b>	<b>94,19</b>	<b>669,04</b>	<b>0,24</b>	<b>12,05</b>	<b>0,32</b>	<b>4,21</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>110,00</b>	<b>1325,00</b>	<b>42,89</b>	<b>34,78</b>	<b>181,67</b>	<b>1244,65</b>	<b>0,45</b>	<b>16,18</b>	<b>0,42</b>	<b>6,22</b>

\* Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебпродинформ М-2004»

\*\*Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Делтрин, 2005, 628 с.»



СОГЛАСОВАНО  
Директор



ВАСИЛЬЕВ УЛЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА  
ИП  
АЛЕКСАНДРОВИЧ

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 — 4 КЛАССАХ

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>													
160*	Суп молочный с макаронными изделиями со сл маслом	19,44	200/5	6,86	12	29,25	280,9	0,16	1,17	0,05	0,72	129,44	1,52
692*	Кофейный напиток	7,70	200	0,54	0,1	8,58	33		1,38				
96*	Масло сливочное	6,75	10	5,75	5,97		66,1	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>475,00</b>	<b>17,95</b>	<b>18,67</b>	<b>67,63</b>	<b>518,60</b>	<b>0,21</b>	<b>2,72</b>	<b>0,11</b>	<b>0,89</b>	<b>357,44</b>	<b>2,21</b>
<b>ОБЕД</b>													
13*	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	5,16	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 см	19,00	200/5	2,25	2,23	16,73	135,3	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
302*	Греча вязкая	6,59	150	5,33	4,35	19,95	140,48	0,08		0,053	0,55		4,65
493*	Филе куриное в томатном соусе	32,37	50/30	11,52	4,08	2,16	92,16	0,042	1,55	0,0029	1,88	13,36	0,941
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	30	3,12	0,36	12,48	126	0,02			0,02	4	0,22
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,16	0,03	15,2	56,19		2,8		0,01	2,8	0,04
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,00</b>	<b>725,00</b>	<b>23,19</b>	<b>14,70</b>	<b>71,24</b>	<b>604,04</b>	<b>0,24</b>	<b>27,33</b>	<b>0,32</b>	<b>5,28</b>	<b>63,21</b>	<b>7,51</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>104,00</b>	<b>1200,00</b>	<b>41,14</b>	<b>33,37</b>	<b>138,87</b>	<b>1122,64</b>	<b>0,45</b>	<b>30,05</b>	<b>0,43</b>	<b>6,17</b>	<b>420,65</b>	<b>9,72</b>

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 — 11 КЛАССАХ

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Ca	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>													
160*	Суп молочный с макаронными изделиями со сл мас	19,44	200/5	7,62	13,3	32,5	280,9	0,16	1,17	0,05	0,72	129,44	1,52
692*	Кофейный напиток	7,70	200	0,54	0,1	8,58	33		1,38				
96*	Масло сливочное	6,75	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	30	3,04	0,32	19,44	138,6	0,04			0,04	8	0,44
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>445</b>	<b>11,28</b>	<b>20,97</b>	<b>60,65</b>	<b>518,60</b>	<b>0,20</b>	<b>2,55</b>	<b>45,05</b>	<b>0,86</b>	<b>139,84</b>	<b>1,98</b>
<b>ОБЕД</b>													
13*	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	5,16	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 см	20,35	250/5	2,5	2,48	20,91	154,01	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86
302*	Греча вязкая	9,13	200	7,1	5,8	26,6	187,3	0,08		0,053	0,55	14,49	4,65

493*	Филе куриное в томатном соусе	32,37	50/30	11,52	4,08	2,16	92,16	0,042	1,55	0,0029	1,88	13,36	0,941
ПР	Хлеб пшеничный	4,22	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,16	0,03	15,2	56,19		2,8		0,01	2,8	0,04
	<b>ИТОГО</b>	<b>74,00</b>	<b>855,00</b>	<b>24,91</b>	<b>16,64</b>	<b>70,19</b>	<b>637,51</b>	<b>0,26</b>	<b>27,33</b>	<b>0,32</b>	<b>9,29</b>	<b>88,10</b>	<b>9,53</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>110,00</b>	<b>1300,00</b>	<b>36,19</b>	<b>37,61</b>	<b>130,84</b>	<b>1112,71</b>	<b>0,46</b>	<b>29,88</b>	<b>45,37</b>	<b>10,15</b>	<b>227,94</b>	<b>11,51</b>

\* Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебопродукты М-2004»

\*\*Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Делтапринт, 2005,628 с.»

СОГЛАСОВАНО  
Директор



ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ I — 4 КЛАССАХ  
МЕНЮ НА 12 дней

СР	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность		Минеральные вещества										
				белки	жиры	углеводы	ккал	A	E	Ca	Fe					
302*	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	22,71	200/5	21,8	24,93	25,17	291,11									
648*	Кисель ягодный из концентрата	4,43	200	0,08	7,25	0,13	66,1	0,01	1	4	0,2	86,3	0,3			
96*	Масло сливочное	6,75	10	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04		45	0,1	2,4	0,02			
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	26,68	32,78	69,10	548,41	0,05	1,40	49,00	0,04	8	0,44			
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>475,00</b>											<b>1,04</b>	<b>96,90</b>	<b>0,80</b>
15**	Огурец в нарезке	10,94	30	0	0,03	0,75	4,2	0,009	3	3	0,03	6,9	0,18			
149*	Суп Крестьянский с крупой на курином бульоне	12,52	200	1,57	4,87	10,71	138,5	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94			
443**	Капуста тушеная	8,50	160	2,56	0,32	5,36	83,3	0,048	92	0,001	0,16	76,8	0,96			
498*	Котлета куриная припущенная с соусом	29,27	50/50	7,3	9,6	5,4	178	0,029	0,79		1,558	42,63	1,12			
ПР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04			4,03	14,4	2,24			
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,2	19,8		77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11			
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,00</b>	<b>720,24</b>	<b>14,48</b>	<b>16,14</b>	<b>46,07</b>	<b>607,00</b>	<b>3,17</b>	<b>110,95</b>	<b>2,74</b>	<b>17,10</b>	<b>177,04</b>	<b>5,37</b>			
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>104,00</b>	<b>1195,24</b>	<b>41,16</b>	<b>48,92</b>	<b>115,17</b>	<b>1155,41</b>	<b>3,22</b>	<b>112,35</b>	<b>51,74</b>	<b>18,14</b>	<b>273,94</b>	<b>6,17</b>			

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ V — II КЛАССАХ

СБ	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность		Витамины и минеральные вещества										
				белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	A	E	Ca	Fe			
302*	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	22,71	200/5	21,8	24,93	25,17	291,11									
648*	Кисель ягодный из концентрата	4,43	200	0,08	7,25	0,13	66,1	0,01	1	4	0,2	86,3	0,3			
96*	Масло сливочное	6,75	10	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04		45	0,1	2,4	0,02			
ПР	Хлеб пшеничный	2,11	60	26,68	32,78	69,10	548,41	0,05	1,40	49,00	0,04	8	0,44			
	<b>ИТОГО</b>	<b>36,00</b>	<b>475</b>											<b>1,04</b>	<b>96,90</b>	<b>0,80</b>
15**	Огурец в нарезке	10,94	30	0	0,03	0,75	4,2	0,009	3	3	0,03	6,9	0,18			
149*	Суп Крестьянский с крупой на курином бульоне	16,37	250	1,57	4,87	10,71	148,2	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94			
443**	Капуста тушеная	10,65	200	3,2	0,4	6,7	98,6	0,06	115	0,001	0,2	96	1,2			
498*	Котлета куриная припущенная с соусом	29,27	50/50	7,3	9,6	5,4	178	0,029	0,79		1,558	42,63	1,12			



ГР	Хлеб ржаной	4,00	60	2,82	0,6	0,6	126	0,04		4,03	14,4	2,24
685*	Чай с сахаром	2,77	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	7,11	0,11
	<b>ИТОГО</b>	<b>74,00</b>	<b>840,00</b>	<b>15,33</b>	<b>15,50</b>	<b>43,96</b>	<b>632,00</b>	<b>0,19</b>	<b>133,95</b>	<b>5,71</b>	<b>10,27</b>	<b>5,79</b>
		<b>110,00</b>	<b>1315,00</b>	<b>42,01</b>	<b>48,28</b>	<b>113,06</b>	<b>1180,41</b>	<b>0,24</b>	<b>135,35</b>	<b>11,31</b>	<b>299,86</b>	<b>6,59</b>

\* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебпродинформ М-2004»

\*\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Делприи, 2005,628 с.»