



Согласовано  
 Директор МБОУ "Гурмышская СОШ"  
 И.И. Матросова  
 Дата 02 мая 2024г.

Утверждаю  
 Директор ООО "Лутиковский общепит"  
 Т.В. Обаськина  
 Дата 02 мая 2024г.

**Меню**

День четверг  
 Неделя  
 Сезон  
 Возрастная группа: 12 лет и старше

**Завтрак**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
392	Бутерброд с сыром	50.00	18.08	5.77	7.95	14.62	162.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.96	4.03	0.00
885	Каша из риса и пшена с маслом 250/10 М_175	260.00	17.63	7.59	12.45	40.84	301.32	0.12	0.17	1.63	0.06	0.24	0.21	158.37	192.64	44.64	0.93	241.94	12.52	5.79	0.02
728	Чай с сахаром М_376	200.00	1.40	0.10	0.03	14.99	56.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.47	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00

**Обед**

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
725	Салат из свежих помидоров и огурцов М_24	100.00	25.94	0.98	6.44	3.83	74.80	0.05	0.04	16.70	0.01	3.04	0.00	18.49	34.14	16.18	0.74	225.32	1.32	0.36	0.01
711	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и мясом 250/5	255.00 (12.5/5/237.5)	15.63	4.91	8.98	8.26	115.11	0.06	0.05	21.86	0.25	2.37	0.00	38.64	50.06	21.86	0.78	302.70	4.25	0.35	0.01
870	Макаронные отварные М_309 200 гр	200.00	8.06	7.26	6.52	43.61	267.03	0.07	0.03	0.00	0.03	1.12	0.10	5.54	52.04	9.30	1.09	93.45	1.05	0.07	0.00
708	Биточки рубленые с соусом 50/50_269	100.00	38.36	9.55	9.54	11.51	165.60	1.39	0.10	1.18	0.02	0.27	0.03	29.07	110.84	17.91	1.55	169.66	5.83	1.00	0.13
712	Компот из чернослива 348	200.00	8.38	0.34	0.00	23.65	92.81	0.00	0.01	0.45	0.00	0.27	0.00	11.89	12.33	15.16	0.45	128.39	0.08	0.04	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	40.00	2.83	2.92	0.52	14.20	75.60	0.07	0.03	0.00	0.00	0.56	0.00	14.80	71.20	22.00	1.08	0.00	1.76	2.20	0.00

Ст. повар ИИ

Согласовано

Директор МБОУ "Турмышская СОШ"

*И.И. Матросова*

И.И. Матросова

Дата 03 мая 2024г.



Утверждаю

Директор ООО "Антиковский общепит"

*Т.В. Обаскина*

Т.В. Обаскина

Дата 03 мая 2024г.



### Меню

День: пятница

Неделя:

Сезон:

Возрастная группа: 12 лет и старше

#### Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
748	Каша молочная гречневая с маслом 150/5 М_173	200.00	13.17	8.88	9.44	39.29	275.30	0.18	0.20	1.26	0.05	0.45	0.15	125.95	228.99	107.94	3.28	323.68	10.29	4.72	0.03
402	Сыр (порциями) М_15	25.00	19.80	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.08	0.17	0.06	0.13	0.24	220.00	125.00	8.75	0.25	22.00	0.00	3.63	0.00
724	Какао с молоком М_382	200.00	8.94	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.36	9.00	2.00	0.03
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.47	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
610	Яблоки (порциями)	100.00	11.59	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00

#### Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
25	Винегрет овощной (67)	100.00	10.82	1.34	10.11	6.86	124.34	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00
715	Рассольник Ленинградский со сметаной и мясом 250/5	255.00 (12.5/5/237.5)	13.95	5.41	9.08	16.91	152.00	0.10	0.06	7.54	0.28	2.41	0.00	21.40	74.65	26.25	0.97	345.25	4.85	2.24	0.00
662	Птица тушенная в соусе М_290	100.00	24.06	10.36	15.00	2.95	92.48	0.01	0.01	0.06	0.01	0.97	0.03	16.69	9.99	1.61	0.05	20.08	1.18	0.28	0.00
706	Пюре картофельное 200гр_312	200.00	15.12	4.24	10.94	26.34	220.37	0.19	0.15	6.92	0.23	0.29	0.19	50.36	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01
721	Компот из свежих яблок М_342	200.00	7.39	0.16	0.16	27.87	108.96	0.01	0.01	1.60	0.00	0.16	0.00	4.00	3.20	0.80	0.40	111.20	0.80	0.12	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	40.00	2.83	2.92	0.52	14.20	75.60	0.07	0.03	0.00	0.00	0.56	0.00	14.80	71.20	22.00	1.08	0.00	1.76	2.20	0.00

Ст. повар:

*И.И. Матросова*



## Меню

День: понедельник  
Неделя:  
Сезон:  
Возрастная группа: 12 лет и старше

### Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
392	Бутерброд с сыром	50.00	18.08	5.77	7.95	14.62	162.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.96	4.03	0.00
723	Каша молочная рисовая с маслом М_174	210.00	17.84	6.10	11.38	39.10	281.28	0.06	0.15	1.30	0.06	0.28	0.20	124.68	157.44	35.64	0.55	181.38	9.62	8.74	0.02
724	Какао с молоком М_382	200.00	8.94	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.36	9.00	2.00	0.03
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.73	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
698	Яблоки свежие порциями	100.00	11.59	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00

### Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F
443	Салат из моркови с изюмом М_66	100.00	11.03	1.22	0.08	22.04	90.87	0.06	0.06	5.75	1.50	0.37	0.00	31.05	56.54	33.72	0.88	99.45	3.76	0.16	0.06
726	Суп картофельный с горохом и мясом М_102	250.00 (12.5/237.5)	10.21	8.37	8.46	19.50	165.99	0.23	0.07	13.73	0.27	2.45	0.00	34.72	87.88	36.42	2.05	247.10	4.43	2.88	0.01
708	Биточки рубленые с соусом 50/50_269	100.00	38.36	9.55	9.54	11.51	165.60	1.39	0.10	1.18	0.02	0.27	0.03	29.07	110.84	17.91	1.55	169.66	5.83	1.00	0.13
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	200.00	10.98	11.66	8.70	57.26	359.91	0.28	0.15	0.00	0.03	0.82	0.10	20.07	276.58	184.24	6.19	358.25	3.10	5.43	0.02
710	Компот из кураги 348	200.00	10.31	1.08	0.00	31.33	124.18	0.02	0.04	0.83	0.12	1.14	0.00	33.08	30.19	21.71	0.66	353.77	0.70	0.45	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	40.00	2.83	2.92	0.52	14.20	75.60	0.07	0.03	0.00	0.00	0.56	0.00	14.80	71.20	22.00	1.08	0.00	1.76	2.20	0.00

Ст. повар ММ





Согласовано

Директор МБДУ "Турмышская СОШ"  
Л. И. Матросова

Дата 07 мая 2024г



Утверждаю

Директор ООО "Янтиковский общепит"  
Т. В. Обаськина

Дата 07 мая 2024г

## Меню

День вторник

Неделя

Сезон

Возрастная группа 12 лет и старше

### Завтрак

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг																					
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F														
728	Чай с сахаром М_376	200.00	1.40	0.10	0.03	14.99	56.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
566	Хлеб пшеничный	40.00	3.47	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
392	Бутерброд с сыром	50.00	18.08	5.77	7.95	14.62	162.80	0.04	0.06	0.10	0.06	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.96	4.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
744	Запеканка из творога со сгущ. молоком М_223	130.00	42.03	19.30	14.55	27.48	318.79	0.07	0.34	0.44	0.08	0.49	0.13	230.98	283.43	30.50	0.71	149.06	9.67	33.54	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

### Обед

№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг																						
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K	I (мкг)	Se (мкг)	F															
478	Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом М_103	250.00 (12.5/237.5)	10.28	6.11	5.93	20.91	140.02	0.11	0.06	21.60	0.32	1.48	0.00	27.45	68.25	28.30	1.08	386.55	4.91	0.37	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
25	Винегрет овощной (67)	100.00	10.82	1.34	10.11	6.86	124.34	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
701	Котлеты рубленные из филе птицы с соусом 50/50	100.00	31.23	9.81	10.41	10.83	110.05	0.03	0.04	0.77	0.02	1.53	0.03	25.95	22.66	8.82	0.40	37.53	2.62	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
874	Рис отварной 200 гр М_304	200.00	14.88	4.91	8.14	47.83	266.90	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	25.56	0.69	56.79	1.01	10.96	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М_349	200.00	5.20	0.57	0.00	32.21	126.05	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	40.00	2.83	2.92	0.52	14.20	75.60	0.07	0.03	0.00	0.00	0.56	0.00	14.80	71.20	22.00	1.08	0.00	1.76	2.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Ст. повар *М.И.*



Меню

День среда  
 Неделя  
 Сезон  
 Возрастная группа 12 лет и старше

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K I(мкг)	Se (мкг)	F	
569	Хлеб пшеничный	40 00	3.47	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
401	Масло (порциями) М_14	10 00	7.20	0.08	8.25	0.08	74.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	0.00
717	Каша молочная пшеничная с маслом 200/10 М_173	210 00	15.70	8.74	12.49	43.87	320.30	0.19	0.15	1.30	0.06	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.46	245.00	11.25	3.45	0.02
610	Яблоки (порциями)	100.00	11.59	0.40	0.40	9.80	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00
597	Чай с фруктовым соком	200.00	8.97	0.54	0.10	8.58	33.00	0.00	0.00	1.38	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K I(мкг)	Se (мкг)	F	
703	Борщ с капустой с картофелем со сметаной и мясом 250/5	255.00 (12.5/237.5)	15.49	5.52	9.19	14.37	134.06	0.05	0.05	12.35	0.27	2.50	0.00	45.01	58.06	28.33	1.24	194.00	5.87	0.51	0.01
725	Салат из свежих помидоров и огурцов М_24	100 00	25.94	0.98	6.44	3.83	74.80	0.05	0.04	16.70	0.01	3.04	0.00	18.49	34.14	16.18	0.74	225.32	1.32	0.36	0.01
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М_234	100 00	18.10	7.23	5.02	10.95	118.76	0.08	0.04	0.62	0.03	2.54	0.03	45.26	102.07	8.82	0.40	37.53	2.62	1.00	0.00
706	Пюре картофельное 200гр_312	230 00	17.39	4.88	12.59	30.29	253.42	0.21	0.18	7.96	0.26	0.33	0.22	57.94	126.86	42.55	1.52	888.20	12.94	1.61	0.01
755	Компот из чернослива М_348	200 00	8.38	0.34	0.00	23.65	92.81	0.00	0.01	0.45	0.00	0.27	0.00	11.89	12.33	15.16	0.45	128.39	0.08	0.04	0.00
571	Хлеб ржано-пшеничный	40 00	2.83	2.92	0.52	14.20	75.60	0.07	0.03	0.00	0.00	0.56	0.00	14.80	71.20	22.00	1.08	0.00	1.76	2.20	0.00

Ст. повар