

Утверждаю:
Директор



Утверждаю:

Б.А.Зиньков



МЕНЮ ДЛЯ БЕСПЛАТНОГО ПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ 1-4 КЛАСС ЗАВТРАК
с 20.05.24 по 24.05.24 г. (младшее звено)

20.05.2024

Наименование блюда	Выход	Пищевая и энергетическая ценность				
		белок	жиры	углеводы	калорийность	
449-94 Плов (филе птицы)	50/150	14,25	17,8	23,6	314,2	60,4
366-08 Сыр порционно	20	5,8	7,35	0	110	20,84
628-94 Напиток лимонный	200	0	0	19,24	100	7,14
Батон пшеничный	35	2,66	0,32	17,4	79,1	3,9
ИТОГО:		22,71	25,47	60,24	603,3	92,28

21.05.2024

246-08 Овощи консервированные кукуруза	40	1,03	0,7	2,1	13,5	20,29
205-2003 котлета рубленая из филе птицы	90	13,5	19,26	13,93	284,4	53,82
469-94 Макароны из твердых сортов пшеницы	150	5,3	6,2	18,3	342	10,55
629-94 Чай с сахаром	200	0,12	0	15,3	60	2,81
Батон пшеничный	20	1,52	0,18	9,9	45,2	2,26
Хлеб ржаной	35	2,88	0,53	16,84	99,8	2,55
ИТОГО:		23,32	26,17	74,29	831,4	92,28

22.05.2024

Капуста соевая на л/к	30	1,3	0,16	5,5	23,3	5,43
175-08 Рыба запеченная в омалете (минтай)	95	11,5	7	8,4	143	48,72
241-08 Картофельное пюре	150	3,2	6,06	23,3	160,5	20,09
628-94 Компот из плодов и ягод свежих (клубника)	180	0,12	0	12,04	48,64	11,37
Батон пшеничный	35	2,66	0,32	17,4	79,1	3,98
Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	19,25	114	2,69
ИТОГО:		22,08	14,14	85,89	568,54	92,28

23.05.2024

246-08 Овощи натуральные помидоры	40	1,1	0,9	2,1	22	17,04
269-11 Гуляш (из свиной вырезки)	100	10,83	13,76	4,17	167,71	49,84
463-94 Каша гречневая рассыпчатая	150	7,83	7,02	38,32	251,1	6,91
628-94 Кисель витаминизированный	200	0	0	19,24	100	11,97
Батон пшеничный	35	2,66	0,32	17,4	79,1	3,83
Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	19,25	114	2,69
ИТОГО:		25,72	22,6	100,48	733,91	92,28

24.05.2024

229-08 Овощи натуральные огурцы	30	2,3	0,5	3,1	10	8,33
вкл Куринные голубчики	200	14,8	24,1	2,6	285	66,43
628-94 Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0,2	23,8	100	11,35
Батон пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	67,8	3,48
Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	19,25	114	2,69
ИТОГО:		23,08	25,67	63,66	576,8	92,28

461,4

Утверждено:
Директор школы



Утверждено:

Б.А. Зинovieв



МЕНЮ ДЛЯ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ 5-11 класс завтраки
с 20.05.24 по 24.05.24 г. (среднее звено)

20.05.2024

	Наименование блюда	Выход	Пищевая и энергетическая ценность			
			белок	жиры	углеводы	калорийность
449-94	Плов (филе птицы)	50/200	14,25	17,8	23,6	314,2
366-08	Сыр порционный	10	5,8	7,35	0	110
629-94	Чай с сахаром	200	0,12	0	15,3	60
	Батон пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	67,8
	ИТОГО:		22,45	25,42	53,81	552

21.05.2024

246-08	Овощи консервированные кукуруза	20	0,52	0,4	1,1	1,8
205-2003	котлета рубленая из филе птицы	90	16	22,5	17,9	321
469-94	Макаронные изделия отварные	180	6,4	7,4	22	410,4
629-94	Чай с сахаром	200	0,12	0	15,3	60
	батон пшеничный	20	1,52	0,18	9,9	45,2
	Хлеб ржаной	30	2,47	0,45	14,43	85,5
	ИТОГО:		26,51	30,53	79,53	922,1

22.05.2024

	Капуста соленая на л/к	30	1,3	0,16	5,5	23,3
175-08	Рыба запеченная в омлете шнитц	95	11,5	7	8,4	143
241-08	Картофельное пюре	180	3,3	6,06	23,3	160,5
629-94	Чай с сахаром	200	0,12	0	15,3	60
	Хлеб ржаной	50	4,13	0,75	24,06	142,5
	ИТОГО:		20,25	13,97	76,56	529,3

23.05.2024

246-08	Овощи помидоры свежие	40	1,1	0,9	2,1	22
260-11	Гуляш (из свиной вырезки)	100	10,83	13,76	4,17	167,71
463-94	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,83	7,02	38,32	251,1
629-94	Чай с сахаром	200	0,12	0	15,3	60
	Батон пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	67,8
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	19,25	114
	ИТОГО:		25,46	22,55	94,05	682,61

24.05.2024

229-08	Овощи натуральные огурцы	30	2,3	0,5	3,1	10
акв	Куриные голубчики	200	14,8	24,1	2,6	285
629-94	Чай с сахаром	200	0,12	0	15,3	60
	Батон пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	67,8
	Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	15,6	114
	ИТОГО:		21,7	25,27	51,51	536,8

Сержданю:
директор школы



Утверждаю:

Б.А. Зинновбян



МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОБЗ 1-4 КЛАСС
С 20.05.24 по 24.05.24

20.05.2024

	Наименование блюда	Выход	Пищевая и энергетическая ценность			
			белок	жиры	углеводы	калорийность
264-94	Каша вязкая манная	150/5	14,8	24,1	2,6	285
628-94	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
	батон пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4
	ИТОГО:		17,96	24,46	34,52	424,04

обед

129-94	Суп картофельный ,фрик мясные	17,5/250	9,76	6,82	19,01	175,1
229-08	Овощи консервиров(горошек зеленый)	30	2,4	1,68	5,04	32,4
449-94	Плов (филе птицы)	50/150	14,25	17,8	23,6	314,2
628-94	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
	батон пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4
	Хлеб ржаной	55	4,54	0,83	26,47	156,8
	ИТОГО:		34,11	27,49	106,04	817,54
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		52,07	51,95	140,56	1241,58

21.05.2024 завтрак

257-91	Каша вязкая пшеничная с маслом/сливочным	150/5	3,4	7,5	19,7	157,79
	Чай с сахаром	200	0,02	0	23,4	93,68
	батон пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	67,8
	ИТОГО:		5,7	7,77	58,01	319,27

обед

2008-42	Рассольник "Дзержинградский"(мясо туш.)	250/20	7,03	13,3	25,2	170,2
205-203	котлета рубленая из птицы (филе птицы)	90	16	22,5	17,9	321
469-94	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,3	6,2	35,3	221
	Чай с сахаром	200	0,02	0	23,4	93,68
	батон пшеничный	20	1,52	0,18	9,9	45,2
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	19,25	114
	ИТОГО:		33,17	42,78	130,95	965,08
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		33,19	42,78	154,35	1058,76

22.05.2024 ЗАВТРАК

109-94	Каша "овсянка" из геркулеса с маслом/сливочным	205	6,55	8,33	35,09	207,39
	Сыр порционный	10	6,69	8,85		109,2
	Чай с сахаром	200	0,02	0	23,4	93,68
	батон пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	67,8
	ИТОГО:		15,54	17,45	38,31	478,07

обед

138-94	Суп картофельный бобовый, птица	250/20	8,3	20,2	25,3	235,3
	Калуста соевая на д/к	30	2	0,24	8,25	34,95
175-08	Рыба запеченная в масле мантай	95	11,5	7	8,4	143
241-08	Картофельное пюре	150	3,2	6,06	23,3	160,5
	Чай с сахаром	200	0,02	0	23,4	93,68
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	19,25	114
	ИТОГО:		28,32	34,1	107,9	781,43
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		43,86	51,55	146,21	1259,5

23.05.2024 ЗАВТРАК

257-94	Каша вязкая рисовая	150/5	5,9	7,8	35,2	244,9
139-94	Бутерброд с маслом/сливочным	20/20	5,08	4,06	32,73	195,71
	Чай с сахаром	200	0,02	0	23,4	93,68
	батон пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4

ИТОГО:			14,04	12,22	111,21	624,69	
37-08	Борщ из капусты, картофель	250	6,6	7,9	20,5	172,4	
246-08	Овощи натуральные помидоры	20	0,55	0,1	2,3	15	
260-11	Гуляш свиной	100	10,83	13,76	4,17	167,71	
463-94	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,83	7,02	38,32	251,1	
	Чай с сахаром	200	0,02	0	23,4	93,68	
	батон пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	19,25	114	
	ИТОГО:		32,17	29,74	127,82	904,29	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		32,19	29,74	151,22	997,97	142,37

24.05.2024 завтрак

102-94	Каша "Дружба" с маслом сливочным	150/5	1,2	6,3	16,3	130	
	Яйца вареные	1 шт					
628-94	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	
	батон пшеничный	35	2,66	0,32	17,4	79,1	
	ИТОГО:		3,98	6,62	45,74	257,74	

обед

120-94	Щи из свежей капусты, картофель	250	6,68	3,16	20,5	137,8	
229-08	Овощи натуральные огурцы	30	2,3	0,5	3,1	10	
липа	Куриные голубчики	200	14,8	24,1	2,6	285	
628-94	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	
	батон пшеничный	20	1,52	0,18	9,9	45,2	
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	19,25	114	
	ИТОГО:		28,72	28,54	67,39	640,64	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		32,7	35,16	113,13	898,38	142,37

711,85

Согласно: _____
Директор школы



Утверждаю:

Б.А.Зиновьев.



МЕНЮ ДЛЯ ОБЪЕДИНЕННЫХ КЛАССОВ
с 20.05.24 по 24.05.24г.

20.05.2024

	Наименование блюда	Выход	Пищевая и энергетическая ценность			
			белок	жиры	углеводы	калорийность
264-94	Каша вязкая манная	150/10	14,8	24,1	2,6	285
628-94	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
	батон пшеничный	35	2,66	0,32	17,4	79,1
	ИТОГО:		17,58	24,42	32,04	412,74

обед

129-94	Суп картофельный, с мак изд	250	9,76	6,82	19,01	175,1
449-94	Плов (филе птицы)	50/200	14,25	17,8	23,6	314,2
628-94	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
	батон пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	45,2
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	19,25	114
	ИТОГО:		28,95	25,4	53,84	697,14
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		46,53	49,82	115,88	1109,88

21.05.2024

завтрак

257-91	Каша вязкая пшеничная с м/с	150/5	3,4	7,5	19,7	157,79
	Чай с сахаром	200	0,02	0	23,4	93,68
	батон пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4
	ИТОГО:		6,46	7,86	62,98	341,87

обед

2008-42	Рассольник "Ленинградский"	250	7,03	13,3	25,2	170,2
205-2003	котлета рубленая из птицы (филе птицы)	90	16	22,5	17,9	321
469-94	Макаронные изделия отварные м/сл	180/5	5,3	6,2	35,3	221
	Чай с сахаром	200	0,02	0	23,4	93,68
	батон пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	45,2
	Хлеб ржаной	35	1,1	0,2	6,42	38
	ИТОГО:		30,97	42,38	118,16	889,08
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		30,99	42,38	141,56	982,76

22.05.2024

ЗАВТРАК

109-94	Каша "овсяная из геркулеса с маслом/сливочным	205	6,55	8,33	35,09	207,39
	Чай с сахаром	200	0,02	0	23,4	93,68
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	19,25	114
	ИТОГО:		9,87	8,93	42,65	415,07

обед

138-94	Суп картофельный с бобовыми	250	8,3	10,2	25,3	235,3
175-08	Рыба запеченная в духовке с овощами	95	11,5	7	8,4	143
241-08	Картофельное пюре	180	3,2	6,06	23,3	160,5
	Чай с сахаром	200	0,02	0	23,4	93,68
	батон пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	45,2
	Хлеб ржаной	30	1,1	0,2	6,42	38
	ИТОГО:		25,64	33,64	96,76	715,68
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,51	42,57	139,41	1130,75

23.05.2024

ЗАВТРАК

257-94	Каша вязкая рисовая	150/5	5,9	7,8	35,2	244,9
	Чай с сахаром	200	0,02	0	23,4	93,68
	батон пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4
	ИТОГО:		8,96	8,16	78,48	428,98

обед

37-08	Борщ из капусты, картофель	250	6,6	7,9	20,5	172,4
246-08	Овощи свежие помидоры	20	0,55	0,1	2,3	15
260-11	Гуляш	100	10,83	13,76	4,17	167,71
463-94	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,83	7,02	38,32	251,1
	Чай с сахаром	200	0,02	0	23,4	93,68

	батон пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	67,8	
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	19,25	114	
	ИТОГО:		31,41	29,65	122,85	881,69	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		31,43	29,65	146,35	975,37	122,43

24.05.2024 завтрак

102-94	Каша "Дружба" с м/сл	150/10	1,2	6,3	16,3	130	
628-94	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	
	батон пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	
	ИТОГО:		4,36	6,66	48,22	269,04	

обед

120-94	Щи из свежей капусты, картофель, свинина	250/12,5	6,68	3,16	20,5	137,8	
ксп	Куриные голубчики	158	14,8	24,1	2,6	285	
628-94	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	
	батон пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	19,25	114	
	ИТОГО:		27,94	28,22	74,27	675,84	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		32,3	34,88	122,49	944,88	122,43

612,15

Верядаю:
Директор школы



Утверждаю:

Б.А.Зинovieв



МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ
С 20.05.24 по 24.05.24 г.

20.05.2024

	Наименование блюда	Выход	Пищевая и энергетическая ценность			
			белок	жиры	углеводы	калорийи кость
129-94	Суп картофельный ,фрук мисьяе	17,5/250	9,76	6,82	19,01	175,1
628-94	Напиток лимонный	200	0	0	19,24	100
	Батон пшеничный	60	4,56	0,52	29,82	135,6
	Хлеб ржаной	60	4,95	0,9	28,08	171
	ИТОГО:		19,27	8,24	96,15	581,7

21.05.2024

2008-42	Рассольник "Ленинградский"(мясо туш.)	250/20	7,03	13,3	25,2	170,2
282-08	Компот из сухофруктов	200	0,2	0,1	17,2	68
	Хлеб ржаной	30	2,47	0,45	14,43	85,5
	ИТОГО:		9,7	13,85	56,83	323,7

22.05.2024

138-94	Суп картофельный бобовыми,птица	250/30	8,3	20,2	25,3	235,3
628-94	Компот из плодов и ягод свежих (клубника)	180	0,12	-	12,04	48,64
	Батон пшеничный	20	1,52	0,18	9,9	45,2
	Хлеб ржаной	30	2,47	0,45	14,43	85,5
	ИТОГО:		12,41	20,83	61,67	414,64

23.05.2024

37-08	Борщ из капусты картофель,говядина	12,5/250	6,6	7,9	20,5	172,4
628-94	Кисель витаминизированный	200	0	0	19,24	100
	Хлеб ржаной	45	3,72	0,68	21,65	128,2
	ИТОГО:		10,32	0,68	61,39	400,6

24.05.2024

120-94	Щи из свежей капусты, картофель,свиинна	250/12,5	6,68	3,16	20,5	137,8
628-94	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0,2	23,8	100
	Батон пшеничный	60	4,56	0,52	29,82	135,6
	Хлеб ржаной	60	4,95	0,9	28,08	171
	ИТОГО:		16,59	4,78	102,2	544,4