



ИП Платова Р.А.  
Платова Р.А./

1 день

МЕНЮ  
" 01 " 12 2025  
7-11 лет



Директор школы

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                              | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                 |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 173                 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ С САХАРОМ | 220   | 9,5               | 6,5     | 52,8             | 308,88                                   |
| 2011                          | 338                 | ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ                          | 100   | 0,4               | 0,4     | 9,8              | 47                                       |
| 2008                          | 377                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                   | 200   | 1                 | 0,2     | 13,9             | 62,37                                    |
| 2011                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 30    | 2,6               | 0,4     | 13,5             | 68,4                                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 30    | 1,8               | 0,3     | 13,3             | 63                                       |
| Итого                         |                     |                                                 |       | 16,3              | 7,8     | 103,3            | 549,65                                   |
| Обед                          |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 45                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ                   | 60    | 0,9               | 3       | 5,4              | 53,84                                    |
| 2011                          | 102                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ)         | 250   | 7,2               | 6,4     | 22,2             | 175,45                                   |
| 2011                          | 294                 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ                      | 90    | 9,2               | 14      | 12,1             | 211,68                                   |
| 2012                          | 331                 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ                        | 30    | 5,29              | 14,99   | 21,07            | 240,3                                    |
| 2011                          | 171                 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ             | 150   | 9,1               | 7,9     | 39,5             | 255,19                                   |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                     | 200   | 1                 | 0,1     | 30,2             | 126,7                                    |
|                               | 115                 | ГРНЕКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА                      | 40    | 4,8               | 0,5     | 31               | 148,05                                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 30    | 1,8               | 0,3     | 13,3             | 63                                       |
| Итого                         |                     |                                                 |       | 38,18             | 44,87   | 173,05           | 1242,77                                  |
| Всего                         |                     |                                                 |       | 53,35             | 52,75   | 276,39           | 1792,42                                  |

12 лет и старше

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                              | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                 |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 173                 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ С САХАРОМ | 250   | 10,8              | 7,4     | 60               | 351                                      |
| 2011                          | 338                 | ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ                          | 100   | 0,4               | 0,4     | 9,8              | 47                                       |
| 2011                          | 13012               | ПРЯНИКИ                                         | 30    | 1,77              | 1,41    | 22,5             | 109,8                                    |
| 2008                          | 377                 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                   | 200   | 1                 | 0,2     | 13,9             | 62,37                                    |
| 2011                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 40    | 3,44              | 0,56    | 18,04            | 91,2                                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 40    | 2,34              | 0,38    | 17,78            | 84                                       |
| 2011                          | 338                 | ПЛОДЫ                                           | 100   | 0,4               | 0,4     | 9,8              | 47                                       |
| Итого                         |                     |                                                 |       | 19,67             | 10,42   | 142              | 745,37                                   |
| Обед                          |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 45                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ                   | 100   | 1,55              | 5,08    | 9,02             | 89,74                                    |
| 2011                          | 102                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ)         | 250   | 7,2               | 6,4     | 22,2             | 175,45                                   |
| 2011                          | 294                 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ                      | 90    | 9,2               | 14      | 12,1             | 211,68                                   |
| 2011                          | 330                 | СОУС СМЕТАННЫЙ                                  | 30    | 0,45              | 0,78    | 1,82             | 16,33                                    |
| 2011                          | 171                 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ             | 180   | 10,88             | 9,45    | 47,36            | 306,23                                   |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                     | 200   | 1                 | 0,1     | 30,2             | 126,7                                    |
|                               | 115                 | ГРНЕКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА                      | 50    | 6                 | 0,6     | 38,7             | 185,06                                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 30    | 1,8               | 0,3     | 13,3             | 63                                       |
| Итого                         |                     |                                                 |       | 37,98             | 35,85   | 174,36           | 1165,28                                  |
| Всего                         |                     |                                                 |       | 57,65             | 46,27   | 316,36           | 1910,65                                  |

Заведующий производством

Ответственный по питанию

( )  
( )





ИП Платова Р.А.  
Платова Р.А./



Директор школы

2 день

"02" 12 2025  
МЕНЮ  
7-11 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 6001                | ЗАПКАНКА ИЗ ТВОРОГА                 | 120   | 18,94             | 12,5    | 20               | 278,76                                   |
| 2011                          | 327                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ                       | 30    | 0,59              | 1,55    | 4,03             | 32,59                                    |
| 2011                          | 378                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                       | 200   | 2,29              | 1,74    | 16,37            | 90,57                                    |
| 2011                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 40    | 3,44              | 0,56    | 18,04            | 91,2                                     |
| 2011                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 30    | 1,8               | 0,3     | 13,3             | 63                                       |
| 2011                          | 338                 | ПЛОДЫ                               | 100   | 0,4               | 0,4     | 9,8              | 47                                       |
| Итого                         |                     |                                     |       | 27,42             | 17,03   | 81,57            | 603,12                                   |
| Обед                          |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 67                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                    | 60    | 0,82              | 6,08    | 3,97             | 74,56                                    |
| 2011                          | 99                  | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ                       | 250   | 2                 | 6       | 11,3             | 108,03                                   |
| 2011                          | 282                 | ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ                     | 80    | 13,98             | 19,45   | 9,69             | 270,36                                   |
| 2011                          | 330                 | СОУС СМЕТАННЫЙ                      | 30    | 0,45              | 0,78    | 1,82             | 16,33                                    |
| 2011                          | 171                 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ | 150   | 8,3               | 8,95    | 37,37            | 262,5                                    |
| 2011                          | 389                 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ   | 200   | 2                 | 0,2     | 5,8              | 36                                       |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 40    | 3,44              | 0,56    | 18,04            | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                     |       | 33,33             | 42,43   | 105,77           | 942,98                                   |
| Всего                         |                     |                                     |       | 60,75             | 59,46   | 187,34           | 1546,1                                   |

### 12 лет и старше

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 6001                | ЗАПКАНКА ИЗ ТВОРОГА                 | 150   | 23,67             | 15,63   | 25,01            | 348,45                                   |
| 2011                          | 9004                | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5% ЖИРНОСТИ      | 30    | 2,13              | 1,5     | 16,56            | 88,5                                     |
| 2011                          | 378                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                       | 200   | 2,29              | 1,74    | 16,37            | 90,57                                    |
| 2011                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 40    | 3,44              | 0,56    | 18,04            | 91,2                                     |
| 2011                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 30    | 1,8               | 0,3     | 13,3             | 63                                       |
| 2011                          | 338                 | ПЛОДЫ                               | 100   | 0,4               | 0,4     | 9,8              | 47                                       |
| Итого                         |                     |                                     |       | 33,69             | 20,11   | 99,11            | 728,72                                   |
| Обед                          |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 67                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                    | 100   | 1,36              | 10,14   | 6,62             | 124,27                                   |
| 2011                          | 99                  | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ                       | 250   | 2                 | 6       | 11,3             | 108,03                                   |
| 2011                          | 282                 | ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ                     | 90    | 15,73             | 21,88   | 10,9             | 304,15                                   |
| 2011                          | 330                 | СОУС СМЕТАННЫЙ                      | 30    | 0,45              | 0,78    | 1,82             | 16,33                                    |
| 2011                          | 171                 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ | 180   | 9,96              | 10,74   | 44,84            | 315                                      |
| 2011                          | 389                 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ   | 200   | 2                 | 0,2     | 5,8              | 36                                       |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 40    | 3,44              | 0,56    | 18,04            | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                     |       | 37,28             | 50,71   | 117,1            | 1078,98                                  |
| Всего                         |                     |                                     |       | 70,97             | 70,82   | 216,21           | 1807,7                                   |

Заведующий производством

Ответственный по питанию

( )  
( )





И.П. Платова Р.А.  
Платова Р.А./

3 день

" 03 " 12 2025

7-11 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 52                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ            | 60    | 0,86              | 3,65    | 5,02             | 56,3                                     |
| 2011                          | 306                 | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ                    | 80    | 8,5               | 8,61    | 5,31             | 132,74                                   |
| 2011                          | 331                 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ            | 30    | 5,29              | 14,99   | 21,07            | 240,3                                    |
| 2011                          | 202                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ         | 150   | 5,78              | 0,69    | 37,02            | 177,45                                   |
| 2011                          | 10015               | ЧАЙ                                 | 200   | 0,14              | 0,04    | 0,02             |                                          |
| 2011                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 30    | 1,8               | 0,3     | 13,3             | 63                                       |
| Итого                         |                     |                                     |       | 22,33             | 28,26   | 81,77            | 669,79                                   |
| Обед                          |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 70                  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ) | 60    | 0,48              | 0,06    | 1,02             | 7,8                                      |
| 2011                          | 82                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ        | 250   | 2,1               | 5,98    | 13,9             | 118,2                                    |
| 2011                          | 234                 | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ          | 80    | 6,92              | 5,54    | 9,61             | 115                                      |
| 2011                          | 331                 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ            | 30    | 5,29              | 14,99   | 21,07            | 240,3                                    |
| 2011                          | 304                 | РИС ОТВАРНОЙ                        | 150   | 3,83              | 5,81    | 40,04            | 227,69                                   |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 200   | 1,04              | 0,06    | 30,16            | 126,7                                    |
| 2011                          | 280                 | ПАМПУШКА                            | 50    | 3,01              | 1,33    | 18,73            | 98,97                                    |
| 2011                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                     |       | 25,01             | 34,15   | 152,31           | 1018,66                                  |
| Всего                         |                     |                                     |       | 47,34             | 62,41   | 234,08           | 1688,45                                  |

12 лет и старше

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 52                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ            | 100   | 1,43              | 6,09    | 8,36             | 93,84                                    |
| 2011                          | 306                 | БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ                    | 90    | 9,56              | 9,68    | 5,97             | 149,33                                   |
| 2011                          | 331                 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ            | 30    | 5,29              | 14,99   | 21,07            | 240,3                                    |
| 2011                          | 202                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ         | 150   | 5,78              | 0,69    | 37,02            | 177,45                                   |
| 2011                          | 10015               | ЧАЙ                                 | 200   | 0,14              | 0,04    | 0,02             |                                          |
| 2011                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 40    | 2,34              | 0,38    | 17,78            | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                     |       | 24,4              | 35,95   | 89,16            | 776,83                                   |
| Обед                          |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 70                  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ) | 100   | 0,8               | 0,1     | 1,7              | 13                                       |
| 2011                          | 82                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ        | 250   | 2,1               | 5,98    | 13,9             | 118,2                                    |
| 2011                          | 234                 | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ          | 90    | 7,79              | 6,23    | 10,81            | 129,38                                   |
| 2011                          | 331                 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ            | 30    | 5,29              | 14,99   | 21,07            | 240,3                                    |
| 2011                          | 304                 | РИС ОТВАРНОЙ                        | 180   | 4,59              | 6,97    | 48,04            | 273,22                                   |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 200   | 1,04              | 0,06    | 30,16            | 126,7                                    |
| 2011                          | 280                 | ПАМПУШКА                            | 50    | 3,01              | 1,33    | 18,73            | 98,97                                    |
| 2011                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                     |       | 26,96             | 36,04   | 162,19           | 1083,77                                  |
| Всего                         |                     |                                     |       | 51,36             | 71,99   | 251,35           | 1860,6                                   |

Заведующий производством

Ответственный по питанию



Директор школы





ИП Платова Р.А.

Платова Р.А./

4 день

" 04 " 12 2025

7-11 лет



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 294                 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ          | 80    | 8,1               | 11,71   | 10,46            | 180,24                                   |
| 2011                          | 331                 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ            | 30    | 5,29              | 14,99   | 21,07            | 240,3                                    |
| 2011                          | 171                 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ | 150   | 8,3               | 8,95    | 37,37            | 262,5                                    |
| 2011                          | 338                 | ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ              | 100   | 0,4               | 0,4     | 9,8              | 47                                       |
| 2011                          | 376                 | ЧАЙ С САХАРОМ                       | 200   | 0,93              | 0,24    | 14,11            | 62,19                                    |
| 2011                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 30    | 2,58              | 0,42    | 13,53            | 68,4                                     |
| Итого                         |                     |                                     |       | 25,6              | 36,71   | 106,34           | 860,63                                   |
| Обед                          |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 45                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ       | 60    | 0,93              | 3,05    | 5,41             | 53,84                                    |
| 2011                          | 96                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИГРАДСКИЙ             | 250   | 2,4               | 6,2     | 17,2             | 134,33                                   |
| 2011                          | 259                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                 | 150   | 13,89             | 15,51   | 14,21            | 252,86                                   |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 200   | 1                 | 0,1     | 30,2             | 126,7                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 40    | 3,4               | 0,6     | 18               | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                     |       | 24,07             | 25,71   | 102,75           | 742,93                                   |
| Всего                         |                     |                                     |       | 49,67             | 62,42   | 209,09           | 1603,56                                  |

12 лет и старше

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                  | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 294                 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ          | 90    | 9,2               | 14      | 12,1             | 211,68                                   |
| 2011                          | 331                 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ            | 30    | 5,29              | 14,99   | 21,07            | 240,3                                    |
| 2011                          | 171                 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ | 150   | 8,3               | 8,95    | 37,37            | 262,5                                    |
| 2011                          | 338                 | ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ              | 100   | 0,4               | 0,4     | 9,8              | 47                                       |
| 2011                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 40    | 3,44              | 0,56    | 18,04            | 91,2                                     |
| 2011                          | 376                 | ЧАЙ С САХАРОМ                       | 200   | 0,93              | 0,24    | 14,11            | 62,19                                    |
| Итого                         |                     |                                     |       | 27,47             | 38,31   | 112,16           | 905,96                                   |
| Обед                          |                     |                                     |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 45                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ       | 100   | 1,55              | 5,08    | 9,02             | 89,74                                    |
| 2011                          | 96                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИГРАДСКИЙ             | 250   | 2,4               | 6,2     | 17,2             | 134,33                                   |
| 2011                          | 259                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                 | 175   | 16,2              | 18,09   | 16,58            | 295                                      |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ         | 200   | 1                 | 0,1     | 30,2             | 126,7                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                      | 40    | 3,4               | 0,6     | 18               | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                         | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                     |       | 27                | 30,32   | 108,73           | 820,97                                   |
| Всего                         |                     |                                     |       | 54,47             | 68,63   | 220,89           | 1726,93                                  |

Заведующий производством

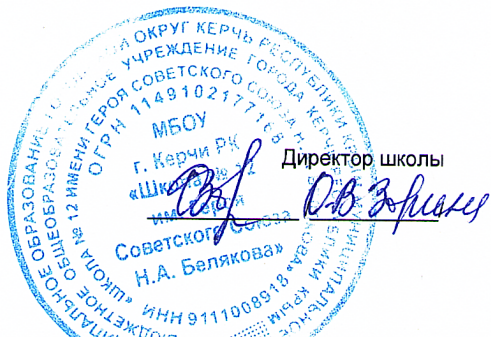
Ответственный по питанию

( )  
( )





ИП Платова Р.А.  
Платова Р.А./



Директор школы

О.В. Зряну

5 день

МЕНЮ  
" 05 " 12 2025  
7-11 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                 | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                    |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                    |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          |                     | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ   | 60    | 1,14              | 5,34    | 4,62             | 71,4                                     |
| 2011                          | 210                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                  | 180   | 16,7              | 29,8    | 3,2              | 347,6                                    |
| 2011                          | 523                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ         | 200   | 4,3               | 2,24    | 30,52            | 156,66                                   |
|                               |                     | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ               | 30    | 2,2               | 2,8     | 21,9             | 122,1                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 30    | 2,6               | 0,4     | 13,5             | 68,4                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 20    | 1,2               | 0,2     | 8,9              | 42                                       |
| Итого                         |                     |                                    |       | 30                | 44,11   | 83,01            | 746,77                                   |
| Обед                          |                     |                                    |       |                   |         |                  |                                          |
|                               |                     | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ   | 60    | 1,9               | 0,1     | 3,9              | 24                                       |
| 2011                          | 98                  | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ          | 250   | 2,4               | 6       | 13,9             | 120,08                                   |
| 2011                          | 206                 | БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ПАРОВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 90    | 9                 | 10,2    | 7,6              | 158,34                                   |
| 2011                          | 331                 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ           | 30    | 5,29              | 14,99   | 21,07            | 240,3                                    |
| 2011                          | 312                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                  | 150   | 3,3               | 5,3     | 22               | 149,48                                   |
| 2011                          | 389                 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ  | 200   | 2                 | 0,2     | 5,8              | 36                                       |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 40    | 3,4               | 0,6     | 18               | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                    |       | 29,09             | 36,22   | 107,82           | 877,8                                    |
| Всего                         |                     |                                    |       | 59,09             | 80,33   | 190,83           | 1727,57                                  |

12 лет и старше

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                 | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                    |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                    |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 119                 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ   | 100   | 1,9               | 8,9     | 7,7              | 119                                      |
| 2011                          | 210                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                  | 200   | 18,6              | 33,1    | 3,5              | 386,21                                   |
| 2011                          | 523                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ         | 200   | 4,3               | 2,24    | 30,52            | 156,66                                   |
| 2011                          | 362,02              | ЖЕЛЕ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД            | 100   | 2,73              | 0,04    | 13,48            | 66,06                                    |
|                               |                     | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ               | 30    | 2,2               | 2,8     | 21,9             | 122,1                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 30    | 2,6               | 0,4     | 13,5             | 68,4                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 20    | 1,2               | 0,2     | 8,9              | 42                                       |
| Итого                         |                     |                                    |       | 33,49             | 47,71   | 99,57            | 960,43                                   |
| Обед                          |                     |                                    |       |                   |         |                  |                                          |
|                               |                     | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ   | 100   | 3,1               | 0,2     | 6,5              | 40                                       |
| 2011                          | 98                  | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ          | 250   | 2,4               | 6       | 13,9             | 120,08                                   |
| 2011                          | 206                 | БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ПАРОВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 90    | 9                 | 10,2    | 7,6              | 158,34                                   |
| 2011                          | 331                 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ           | 30    | 5,29              | 14,99   | 21,07            | 240,3                                    |
| 2011                          | 312                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                  | 180   | 3,91              | 6,39    | 26,42            | 179,37                                   |
| 2011                          | 389                 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ  | 180   | 1,8               | 0,2     | 5,2              | 32,4                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 40    | 3,4               | 0,6     | 18               | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                    |       | 32,04             | 38,43   | 115,48           | 940,28                                   |
| Всего                         |                     |                                    |       | 65,53             | 86,14   | 215,05           | 1900,71                                  |

Заведующий производством  
Ответственный по питанию

( )  
( )





ИП Платова Р.А.

(Платова Р.А./

6 день

МЕНЮ  
" 08 " 12 2025  
7-11 лет



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                    | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                       |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                       |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 181                 | КАША ЖИДКАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С САХАРОМ | 220   | 6,4               | 3,7     | 44,6             | 237,88                                   |
| 2011                          |                     | кондитерское изделие                  | 30    | 2,22              | 2,82    | 31,93            | 122,1                                    |
| 2011                          | 382                 | КАКАО С МОЛОКОМ                       | 200   | 3,9               | 3,8     | 25,1             | 151,36                                   |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 50    | 4,3               | 0,7     | 22,6             | 114                                      |
| Итого                         |                     |                                       |       | 16,78             | 11      | 114,12           | 625,34                                   |
| Обед                          |                     |                                       |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 45                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ         | 60    | 0,9               | 3       | 5,4              | 53,84                                    |
| 2011                          | 101                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ   | 250   | 3,2               | 3,9     | 19,7             | 127                                      |
| 2011                          | 291                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                         | 200   | 16,9              | 10,5    | 35,7             | 305,33                                   |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ           | 200   | 1                 | 0,1     | 30,2             | 126,7                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 40    | 3,4               | 0,6     | 18               | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                       |       | 27,7              | 18,5    | 126,8            | 788,07                                   |
| Всего                         |                     |                                       |       | 44,66             | 29,42   | 240,92           | 1413,41                                  |

12 лет и старше

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                    | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                       |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                       |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 181                 | КАША ЖИДКАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С САХАРОМ | 250   | 7,2               | 4,2     | 50,7             | 270,32                                   |
|                               |                     | кондитерское изделие                  | 30    | 2,2               | 2,8     | 21,9             | 122,1                                    |
| 2011                          | 382                 | КАКАО С МОЛОКОМ                       | 200   | 3,9               | 3,8     | 25,1             | 151,36                                   |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 50    | 4,3               | 0,7     | 22,6             | 114                                      |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                       |       | 19,9              | 11,9    | 138,1            | 741,78                                   |
| Обед                          |                     |                                       |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 45                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ         | 100   | 1,55              | 5,08    | 9,02             | 89,74                                    |
| 2011                          | 101                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ   | 250   | 3,2               | 3,9     | 19,7             | 127                                      |
| 2011                          | 291                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                         | 250   | 21,18             | 13,08   | 44,67            | 381,67                                   |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ           | 200   | 1                 | 0,1     | 30,2             | 126,7                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                        | 40    | 3,4               | 0,6     | 18               | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                           | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                       |       | 31,29             | 22,82   | 130,39           | 856,51                                   |
| Всего                         |                     |                                       |       | 51,28             | 34,7    | 268,36           | 1598,29                                  |

Заведующий производством

Ответственный по питанию

( )

( )





Платова Р.А.

Платова Р.А./

" 09 " 12 2025

7-11 лет



Директор школы

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                      | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                         |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 223                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                    | 120   | 19,1              | 14,3    | 24,8             | 308,19                                   |
| 2011                          |                     | СОУС МОЛОЧНЫЙ                           | 30    | 0,59              | 1,55    | 4,03             | 32,59                                    |
|                               |                     | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ                    | 30    | 2,2               | 2,8     | 21,9             | 122,1                                    |
| 2011                          | 338                 | ПЛОДЫ ( )                               | 100   | 0,4               | 0,4     | 9,8              | 47                                       |
| 2011                          | 378                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                           | 200   | 2,3               | 1,7     | 16,4             | 90,57                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 40    | 3,4               | 0,6     | 18               | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                         |       | 30,22             | 19,95   | 107,95           | 746,22                                   |
| Обед                          |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 53                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ      | 60    | 9,88              | 24,73   | 43,76            | 437,4                                    |
| 2011                          | 102                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ) | 250   | 7,2               | 6,4     | 22,2             | 175,45                                   |
| 2011                          | 294                 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ              | 90    | 9,2               | 14      | 12,1             | 211,68                                   |
| 2011                          | 331                 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ                | 30    | 5,29              | 14,99   | 21,07            | 240,3                                    |
| 2011                          | 312                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                       | 150   | 3,3               | 5,3     | 22               | 149,48                                   |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ             | 200   | 1                 | 0,1     | 30,2             | 126,7                                    |
|                               | 115                 | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА              | 40    | 4,8               | 0,5     | 31               | 148,05                                   |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                         |       | 41,9              | 64,1    | 198,4            | 1541,62                                  |
| Всего                         |                     |                                         |       | 72,12             | 84,05   | 306,35           | 2287,84                                  |

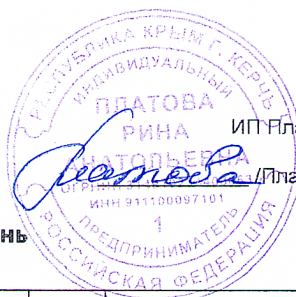
12 лет и старше

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                      | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                         |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 223                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                    | 150   | 23,67             | 15,63   | 25,01            | 348,45                                   |
| 2011                          | 9004                | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ                        | 30    | 2,13              | 1,5     | 16,56            | 88,5                                     |
|                               |                     | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ                    | 30    | 2,2               | 2,8     | 21,9             | 122,1                                    |
| 2011                          | 338                 | ПЛОДЫ ( )                               | 100   | 0,4               | 0,4     | 9,8              | 47                                       |
| 2011                          | 378                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                           | 200   | 2,3               | 1,7     | 16,4             | 90,57                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 40    | 3,4               | 0,6     | 18               | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                         |       | 36,49             | 23,03   | 125,49           | 871,82                                   |
| Обед                          |                     |                                         |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 53                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ      | 100   | 16,47             | 41,22   | 72,94            | 729                                      |
| 2011                          | 102                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ) | 250   | 7,2               | 6,4     | 22,2             | 175,45                                   |
| 2011                          | 294                 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ              | 90    | 9,2               | 14      | 12,1             | 211,68                                   |
| 2011                          | 331                 | СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ                | 30    | 5,29              | 14,99   | 21,07            | 240,3                                    |
| 2011                          | 312                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                       | 180   | 3,91              | 6,39    | 26,42            | 179,37                                   |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ             | 200   | 1                 | 0,1     | 30,2             | 126,7                                    |
|                               | 115                 | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА              | 40    | 4,8               | 0,5     | 31               | 148,05                                   |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                             | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                         |       | 50,15             | 83,11   | 233,29           | 1885,64                                  |
| Всего                         |                     |                                         |       | 86,64             | 106,14  | 358,78           | 2757,46                                  |

Заведующий производством

Ответственный по питанию





ИП Платова Р.А.

Платова Р.А./

8 день

"10" 12 **МЕНЮ** 2025  
7-11 лет



Директор школы

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                              | Выход | Химический состав |         |                  | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|-------------------------------------|
|                               |                     |                                                 |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                     |
| Завтрак                       |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                     |
| 2011                          | 70                  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ                      | 60    | 0,4               | 0,1     | 0                | 6,6                                 |
| 2011                          | 210                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                               | 180   | 16,7              | 29,8    | 3,2              | 347,59                              |
| 2011                          | 15                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                  | 15    | 3,48              | 4,43    |                  | 54,6                                |
| 2011                          | 376                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 200   | 0,93              | 0,24    | 14,11            | 62,19                               |
| 2011                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 40    | 3,44              | 0,56    | 18,04            | 91,2                                |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                  |
| Итого                         |                     |                                                 |       | 27,4              | 35,46   | 54,12            | 647,38                              |
| Обед                          |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                     |
| 2011                          | 67                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                                | 60    | 0,82              | 6,08    | 3,97             | 74,56                               |
| 2011                          | 108                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ                     | 250   | 1,4               | 3,5     | 9,9              | 76,95                               |
| 2011                          | 282                 | ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ                                 | 80    | 13,98             | 19,45   | 9,69             | 270,36                              |
| 2011                          | 330                 | СОУС СМЕТАННЫЙ                                  | 30    | 0,45              | 0,78    | 1,82             | 16,33                               |
| 2011                          | 171                 | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ             | 150   | 9,1               | 7,9     | 39,5             | 255,19                              |
| 2011                          | 359                 | КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ | 200   | 0,2               |         | 37,68            | 151,9                               |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 40    | 3,4               | 0,6     | 18               | 91,2                                |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                  |
| Итого                         |                     |                                                 |       | 31,73             | 38,61   | 138,33           | 1020,49                             |
| Всего                         |                     |                                                 |       | 59,13             | 74,07   | 192,45           | 1667,87                             |

**12 лет и старше**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                              | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                 |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 70                  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ                      | 100   | 0,8               | 0,1     | 1,7              | 13                                       |
| 2011                          | 210                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                               | 200   | 18,6              | 33,1    | 3,5              | 386,21                                   |
| 2011                          | 15                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                  | 20    | 4,64              | 5,9     |                  | 72,8                                     |
| 2011                          | 376                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 200   | 0,93              | 0,24    | 14,11            | 62,19                                    |
| 2011                          | 362,02              | ЖЕЛЕ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД                         | 100   | 2,73              | 0,04    | 13,48            | 66,06                                    |
| 2011                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 40    | 3,44              | 0,56    | 18,04            | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                                 |       | 33,47             | 40,32   | 68,63            | 775,46                                   |
| Обед                          |                     |                                                 |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 67                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                                | 100   | 1,36              | 10,14   | 6,62             | 124,7                                    |
| 2011                          | 108                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ                     | 250   | 1,4               | 3,5     | 9,9              | 76,95                                    |
| 2011                          | 282                 | ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ                                 | 90    | 15,73             | 21,88   | 10,9             | 304,15                                   |
| 2011                          | 330                 | СОУС СМЕТАННЫЙ                                  | 30    | 0,45              | 0,78    | 1,82             | 16,33                                    |
| 2011                          | 171                 | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ             | 180   | 10,88             | 9,45    | 47,36            | 306,23                                   |
| 2011                          | 359                 | КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ | 200   | 0,2               |         | 37,68            | 151,9                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                  | 40    | 3,4               | 0,6     | 18               | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                                 |       | 35,83             | 46,67   | 150,08           | 1155,03                                  |
| Всего                         |                     |                                                 |       | 69,3              | 86,99   | 218,71           | 1930,49                                  |

Заведующий производством

Ответственный по питанию





Директор школы

О.В. Зриня

9 день

" 11 " 12 2025

7-11 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда               | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                  |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
|                               |                     | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 60    | 1,1               | 5,3     | 4,6              | 71,4                                     |
| 2011                          | 279                 | ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ              | 80    | 5,43              | 6,03    | 6,87             | 103,27                                   |
| 2011                          | 366                 | СОУС ТОМАТНЫЙ                    | 30    | 0,19              | 1,43    | 1,46             | 19,5                                     |
| 2011                          | 309                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ      | 150   | 5,6               | 4,8     | 36               | 209,36                                   |
| 2011                          | 379                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ       | 200   | 3,2               | 3,4     | 28,2             | 156,66                                   |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 30    | 2,6               | 0,4     | 13,5             | 68,4                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                      | 30    | 1,8               | 0,3     | 13,3             | 63                                       |
| Итого                         |                     |                                  |       | 19,94             | 21,71   | 103,99           | 691,59                                   |
| Обед                          |                     |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 45                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ    | 60    | 0,93              | 3,05    | 5,41             | 53,84                                    |
| 2011                          | 82                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ     | 250   | 2,1               | 6       | 13,9             | 118,2                                    |
| 2011                          | 492                 | КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ)РЫБНЫЕ          | 80    | 9,17              | 7,85    | 11,9             | 147,28                                   |
| 2011                          | 366                 | СОУС ТОМАТНЫЙ                    | 30    | 0,19              | 1,43    | 1,46             | 19,5                                     |
| 2011                          | 312                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                | 150   | 3,3               | 5,3     | 22               | 149,48                                   |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ      | 200   | 1                 | 0,1     | 30,2             | 126,7                                    |
| 2011                          | 280                 | ПАМПУШКА                         | 50    | 4,3               | 0,7     | 22,6             | 114                                      |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                      | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                  |       | 22,04             | 25,41   | 121,36           | 797,97                                   |
| Всего                         |                     |                                  |       | 41,98             | 47,12   | 225,35           | 1489,56                                  |

12 лет и старше

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда               | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                  |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
|                               |                     | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 100   | 1,9               | 8,9     | 7,7              | 119                                      |
| 2011                          | 279                 | ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ              | 90    | 6,1               | 6,78    | 7,72             | 116,18                                   |
| 2011                          | 336                 | СОУС ТОМАТНЫЙ                    | 30    | 0,19              | 1,43    | 1,46             | 19,5                                     |
| 2011                          | 309                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ      | 150   | 5,6               | 4,8     | 36               | 209,36                                   |
| 2011                          | 379                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ       | 200   | 3,2               | 3,4     | 28,2             | 156,66                                   |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 30    | 2,6               | 0,4     | 13,5             | 68,4                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                      | 30    | 1,8               | 0,3     | 13,3             | 63                                       |
| Итого                         |                     |                                  |       | 21,37             | 26,02   | 107,92           | 752,1                                    |
| Обед                          |                     |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 45                  | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ    | 100   | 1,55              | 5,08    | 9,02             | 74,56                                    |
| 2011                          | 82                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ     | 250   | 2,1               | 6       | 13,9             | 118,2                                    |
| 2011                          | 234                 | КОТЛЕТЫ (БИТОЧКИ)РЫБНЫЕ          | 90    | 7,79              | 6,23    | 10,81            | 129,38                                   |
| 2011                          | 366                 | СОУС ТОМАТНЫЙ                    | 30    | 0,19              | 1,43    | 1,46             | 19,5                                     |
| 2011                          | 312                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                | 180   | 3,91              | 6,39    | 26,42            | 179,37                                   |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ      | 200   | 1                 | 0,1     | 30,2             | 126,7                                    |
| 2011                          | 280                 | ПАМПУШКА                         | 50    | 4,3               | 0,7     | 22,6             | 114                                      |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                      | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                  |       | 21,93             | 26,88   | 128,28           | 845,86                                   |
| Всего                         |                     |                                  |       | 43,3              | 52,9    | 236,2            | 1597,96                                  |

Заведующий производством

Ответственный по питанию

( )

( )





10 день

И.А. Платова Р.А.  
И.А. Платова Р.А./МЕНЮ  
"12" 12 2025  
7-11 летДиректор школы  
О.В. Зриненко

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                       | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                          |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                          |       |                   |         |                  |                                          |
|                               |                     | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ         | 60    | 1,9               | 0,1     | 3,9              | 24                                       |
| 2011                          | 291                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                            | 180   | 15,25             | 9,42    | 32,16            | 274,8                                    |
| 2011                          | 15                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                           | 15    | 3,48              | 4,43    | 0                | 54,6                                     |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ              | 200   | 1                 | 0,1     | 30,2             | 126,7                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 40    | 3,4               | 0,6     | 18               | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 30    | 1,8               | 0,3     | 13,3             | 63                                       |
| Итого                         |                     |                                          |       | 26,83             | 14,87   | 97,59            | 634,3                                    |
| Обед                          |                     |                                          |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 52                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ                 | 60    | 0,9               | 3,7     | 5                | 56,3                                     |
| 2011                          | 103                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250   | 3                 | 3,7     | 21               | 130                                      |
| 2011                          | 297                 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦ                      | 80    | 10,01             | 16,71   | 6,55             | 216,86                                   |
| 2011                          | 366                 | СОУС ТОМАТНЫЙ                            | 30    | 0,19              | 1,43    | 1,46             | 19,5                                     |
| 2011                          | 171                 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ      | 150   | 8,3               | 8,95    | 37,37            | 262,5                                    |
| 2011                          | 388                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА              | 200   | 0,7               | 0,3     | 29,6             | 136,6                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 40    | 3,4               | 0,6     | 18               | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                          |       | 28,85             | 35,66   | 136,84           | 996,96                                   |
| Всего                         |                     |                                          |       | 55,68             | 50,53   | 234,43           | 1631,26                                  |

## 12 лет и старше

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                       | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                          |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                          |       |                   |         |                  |                                          |
|                               |                     | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ         | 100   | 3,1               | 0,2     | 6,5              | 40                                       |
| 2011                          | 291                 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                            | 200   | 16,9              | 10,5    | 35,7             | 305,33                                   |
| 2011                          | 15                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                           | 20    | 4,64              | 5,9     |                  | 72,8                                     |
| 2011                          | 349                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ              | 200   | 1                 | 0,1     | 30,2             | 126,7                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 40    | 3,4               | 0,6     | 18               | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 30    | 1,8               | 0,3     | 13,3             | 63                                       |
| Итого                         |                     |                                          |       | 30,93             | 17,47   | 103,76           | 699,03                                   |
| Обед                          |                     |                                          |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 52                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ                 | 100   | 1,43              | 6,09    | 8,36             | 93,84                                    |
| 2011                          | 103                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 250   | 3                 | 3,7     | 21               | 130                                      |
| 2011                          | 297                 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦ                      | 90    | 11,26             | 18,8    | 7,36             | 243,97366                                |
| 2011                          | 366                 | СОУС ТОМАТНЫЙ                            | 30    | 0,19              | 1,43    | 1,46             | 19,5                                     |
| 2011                          | 171                 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ      | 180   | 9,96              | 10,74   | 44,84            | 315                                      |
| 2011                          | 388                 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА              | 200   | 0,7               | 0,3     | 29,6             | 136,6                                    |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 40    | 3,4               | 0,6     | 18               | 91,2                                     |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 40    | 2,3               | 0,4     | 17,8             | 84                                       |
| Итого                         |                     |                                          |       | 32,33             | 41,98   | 148,46           | 1114,11                                  |
| Всего                         |                     |                                          |       | 63,26             | 59,45   | 252,22           | 1813,14                                  |

Заведующий производством

Ответственный по питанию

( )  
( )