Утверждаю ООО "СИТИ-ПРО"
Директор Колойницына К.В._____

Утверждаю
Директор МОУ ООШ
_____
М.П.

МЕНЮ по программе:

"Социальная поддержка учащихся 5-11 классов"
" " 2025г.

День/ неделя	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимость
№ рецеп.			Б	Ж	У		B1	C	A(мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Понедельник 1															
Горячее питание в 1 смену(завтрак)															
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,11	39	0,05	132	75	5,3	0,15	23,14
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная с маслом	250	10,75	14,12	42,87	218,24	0,26	0,65	50,2	0,21	173,7	291,2	78,75	2,31	53,85
54-2г	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	6,45
пром	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	0	0	1,44	3,01
	Итого :	**505**	**17,51**	**18,85**	**69,07**	**392,57**	**0,43**	**0,88**	**89,5**	**0,39**	**360,2**	**373,4**	**87,85**	**4,63**	**86,45**
Горячее питание во 2 смену(обед)															
54-11м	Плов из отварной курицы	200	15,30	14,70	38,60	347,90	0,07	0,72	262	0,12	20	193	44	2,2	76,99
54-2г	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	6,45
пром	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	0	0	1,44	3,01
	Итого :	**440**	**18,56**	**15,03**	**64,80**	**468,43**	**0,23**	**0,84**	**262,3**	**0,25**	**74,5**	**200,2**	**47,8**	**4,37**	**86,45**
	Итого за день:														

Утверждаю ООО "СИТИ-ПРО"

Директор Володойницына К.В._____

Утверждаю

Директор мбу сош

М.П.

МЕНЮ по программе:

"Социальная поддержка учащихся 5-11 классов"

" " 2025г.

День/ неделя	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				стоимость
№ рецеп.			Б	Ж	У		B1	C	A(мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Вторник 1															
Горячее питание в 1 смену(завтрак)															
54-6г	Рис отварной с маслом	150	3,70	4,80	36,50	203,50	0,03	0	18,4	0,03	6,9	73	24	0,49	26,42
11п/ф пром	Котлета куриная	50	9,60	2,13	6,73	84,30	0,03	0,31	3,15	0,04	14,70	72,00	32,00	0,69	45,33
54-3 соус	Соус красный основной	20	1,20	0,84	3,12	24,77	0,01	0,94	44,80	0,00	3,22	8,40	4,20	0,18	5,24
54-2г	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	6,45
пром	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	0	0	1,44	3,01
	Итого :	**460**	**17,76**	**8,10**	**72,55**	**433,10**	**0,23**	**1,37**	**66,65**	**0,20**	**79,32**	**160,60**	**64,00**	**3,53**	**86,45**
Горячее питание во 2 смену(обед)															
54-1г	Макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	0,06	0,00	18,40	0,03	12,00	41,00	7,20	0,73	17,67
22п/ф пром	Шницель из говядины	50	9,13	8,74	8,26	147,50	0,03	0,06	11,06	0,08	20,00	92,00	13,33	1,29	50,95
54-3 соус	Соус красный основной	20	1,20	0,84	3,12	24,77	0,01	0,94	44,80	0,00	3,22	8,40	4,20	0,18	5,24
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,90	0,00	1,16	0,38	0,01	6,90	8,50	4,60	0,77	9,58
пром	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	0	0	1,44	3,01
	Итого:	**460**	**19,09**	**14,81**	**70,58**	**490,70**	**0,26**	**2,24**	**74,64**	**0,24**	**92,12**	**149,90**	**29,33**	**4,41**	**86,45**
	Итого за день:														

Утверждаю ООО "СИТИ-ПРО"
Директор Колойницына К.В._____

Утверждаю
Директор МОУ СОШ
М.П. _____ О. В. Кузнецова

МЕНЮ по программе:
"Социальная поддержка учащихся 5-11 классов"
" " 2025г.

День/ неделя	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимость
№ рецеп.			Б	Ж	У		B1	C	A(мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Среда-1															
Горячее питание в 1 смену(завтрак)															
206	Макароны запеченные с яйцом	200	9,72	12,85	36,72	301,43	0,12	2,13	0	0,45	179,55	0	0	1,29	76,99
54-2г	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	6,45
пром	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	0	0	1,44	3,01
	Итого:	**440**	**12,98**	**13,18**	**62,92**	**421,96**	**0,28**	**2,25**	**0,3**	**0,58**	**234,05**	**7,2**	**3,8**	**3,46**	**86,45**
Горячее питание во 2 смену(обед)															
54-11г	Картофельное пюре	150	3,20	3,99	22,38	138,23	0,12	10,20	23,80	0,11	39,00	84,00	28,00	1,03	36,35
354	Рыба тушеная(минтай) с овощами 70/40	80	9,54	5,14	4,29	101,54	0,06	2,05	0,00	0,06	25,81	0,00	0,00	0,45	40,64
54-2г	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	6,45
пром	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	0	0	1,44	3,01
	Итого:	**470**	**16,00**	**9,46**	**52,87**	**360,30**	**0,34**	**12,37**	**24,10**	**0,30**	**119,31**	**91,20**	**31,80**	**3,65**	**86,45**
	Итого за день:														

Утверждаю ООО "СИТИ-ПРО"
Директор Колойницына К.В._____

Утверждаю
Директор МОУ СОШ
_____
М.П.

МЕНЮ по программе:
"Социальная поддержка учащихся 5-11 классов"
" " 2025г.

День/ неделя	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимость
№ рецеп.			Б	Ж	У		B1	C	A(мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Четверг -1															
Горячее питание в 1 смену(завтрак)															
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,33	2,93	0	35,86	0,01	0,07	26	0,05	88	50	3,53	0,15	15,43
54-16к	Каша "Дружба" с маслом	250	6,25	7,25	33,87	225,75	0,06	0,66	34	0,15	145	155	33,75	0,66	50,78
54-21гн	Какао с молоком	200	3,98	3,16	17,44	115,49	0,04	0,68	17,3	0,17	143	130	34	1,09	17,23
пром	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	0	0	1,44	3,01
	Итого :	**500**	**15,62**	**13,67**	**71,01**	**470,83**	**0,27**	**1,49**	**77,3**	**0,49**	**426**	**335**	**71,28**	**3,34**	**86,45**
Горячее питание во 2 смену(обед)															
54-6г	Рис отварной с маслом	150	3,70	4,80	36,50	203,50	0,03	0	18,4	0,03	6,9	73	24	0,49	26,42
13п/ф пром	Биточек из курицы	50	7,42	5,46	6,73	105,80	0,04	0,31	3,14	0,05	22	108	48	1,03	45,33
54-3 соус	Соус красный основной	20	1,20	0,84	3,12	24,77	0,01	0,94	44,80	0,00	3,22	8,40	4,20	0,18	5,24
54-2г	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	6,45
пром	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	0	0	1,44	3,01
	Итого:	**460**	**15,58**	**11,43**	**72,55**	**454,60**	**0,24**	**1,37**	**66,64**	**0,21**	**86,62**	**196,6**	**80**	**3,87**	**86,45**
	Итого за день:														

Утверждаю ООО "СИТИ-ПРО"
Директор Колодойницына К.В._____

Утверждаю
Директор МБУ СОШ
_____
М.П.

МЕНЮ по программе:
"Социальная поддержка учащихся 5-11 классов"
" " 2025г.

День/ неделя	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимостиь
№ рецеп.			Б	Ж	У		B1	C	A(мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Пятница-1															
Горячее питание в 1 смену(завтрак)															
54-11г	Картофельное пюре	150	3,20	3,99	22,38	138,23	0,12	10,20	23,80	0,11	39,00	84,00	28,00	1,03	36,35
14п/ф пром	Тефтели из говядины	50	6,83	5,90	4,20	97,22	0,03	0,66	4,05	0,042	9,2	70	70	1	40,64
54-2г	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	6,45
пром	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	0	0	1,44	3,01
	Итого :	**440**	**13,29**	**10,22**	**52,78**	**355,98**	**0,31**	**10,98**	**28,15**	**0,28**	**102,70**	**161,20**	**101,80**	**4,20**	**86,45**
Горячее питание во 2 смену(обед)															
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,10	6,30	36,00	233,10	0,21	0	19,2	0,12	15	181	120	4,04	18,26
54-1м	Бефстроганов из отварной курицы	60	8,05	7,10	7,00	124,10	0,02	0,27	64,3	0,075	18	90,75	12	1,22	58,73
54-2г	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	6,45
пром	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	0	0	1,44	3,01
	Итого:	**450**	**19,41**	**13,73**	**69,20**	**477,73**	**0,39**	**0,39**	**83,8**	**0,325**	**87,5**	**278,95**	**135,8**	**7,43**	**86,45**
	Итого за день:														