

УТВЕРЖДАЮ

ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор

МЕНЮ

02 ИЮНЯ 2025 ГОД

1 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	150	29,0	20,2	40,8	467,8
БИТОЧКИ ИЗ КУР	110	110	16,99	19,5	3,91	259,63
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200	2,9	2,5	24,8	134
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180/5	200/10	6,6	5,76	37,56	229,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	70	50	4,6	0,6	29,7	142,8
БУЛОЧКА ЛАКОМКА	50	50	4,0	4,1	28,4	167,3
Итого за прием пищи:	765	770	64,09	52,66	165,17	1400,73
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	100	0,8	0,1	2,5	13,9
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	300/10	9,0	11,1	13,0	191,0
ЦЫПЛЯТА, ТУШЕННЫЕ С СОУСОМ	90	150	8,72	13,5	6,62	183,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	200	4,32	5,52	45,24	247,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	70	70	4,6	0,6	29,7	142,8
ФРУКТ	200	200	2,9	1	40,7	186,2
Итого за прием пищи:	895	1030	30,34	31,82	137,76	964,8
Всего за день:			94,43	84,48	302,93	2365,53

Зав. производством

УТВЕРЖДАЮ

ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор

МЕНЮ

03 ИЮНЯ 2025 ГОД

2 день



Прием пищи, наименование блюда	масса порции 7-11 лет	масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность в ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЦЫПЛЯТА ОТВАРНЫЕ	90	110	7,9	6,5	2,4	100,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	200	3,8	6,3	25,7	174,8
ОЛАДЫ С САХАРОМ	100	100	4,4	8,6	27,5	204,7
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	15	0	0	0	0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	0,2	0	16,2	65,3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		200	0,8	0,8	19,6	94
Итого за прием пищи:	620	860	18,6	21,7	86,6	616,5
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	100	0,9	10,1	2,9	106
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	300	2,4	2,8	20,5	117,5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	250	20,28	19,32	16,08	319,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	40	2,3	0,3	14,8	71,4
ФРУКТ	200		0,8	0,8	19	91,2
КИСЕЛЬ	200	200	0,1	0,1	27,9	113
БУЛОЧКА ОСОБАЯ	70	50	6,7	1,4	39,4	196,5
ЙОГУРТ	150	200	3	2,3	4,5	72
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131
Итого за прием пищи:	1185	1190	36,48	37,12	145,08	1086,8
Всего за день:			55,08	58,82	231,68	1703,3

Зав. производством



УТВЕРЖДАЮ

ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор

МЕНЮ

04 ИЮНЯ 2025 ГОД

3 день



Прием пищи, наименование блюда	масса порции 7-11 лет	масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	150	14,42	23,8	2,72	282,88
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	100	14,4	16,7	9,4	245,6
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	100	1,6	5,1	6,9	80
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	200	0,3	0	16,4	67,8
ФРУКТ	200	200	2,9	1	40,7	186,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131
Итого за прием пищи:	785	835	35,92	46,9	90,92	933,88
Обед						
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ	100	100	0,9	6,1	2,5	68,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	300	12,9	10,7	19,1	225,1
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	100	100	17,8	5,8	0,3	124,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	200	3,72	6,48	24,36	169,2
НЕКТАР	200	200	1	0,2	19,8	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ПЕЧЕНЬЕ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
Итого за прием пищи:	900	970	41,22	32,58	105,36	880,3
Всего за день:			77,14	79,48	196,28	1814,18

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор

МЕНЮ

05 ИЮНЯ 2025 ГОД

4 день



Прием пищи, наименование блюда	масса порции	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
	7-11 лет	12-18 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	200	22,5	15	35,25	366
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	30	0	0	0	0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	200	2,9	3,1	22,1	128,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	45	3	0,4	19,1	91,8
ФРУКТ СВЕЖИЙ	200	200	0,8	0,8	19	91,2
ВАФЛИ	30	30	0,8	1	23,2	106,2
Итого за прием пищи:	655	705	30,0	20,3	118,65	783,6
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	100	1,1	0,2	3,8	24,1
СМЕТАНА	15	15	0,4	2,9	0,5	30
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250	350	1,9	5,0	6,5	79,2
КОТЛЕТА ШКОЛЬНАЯ	90	110	14,2	15,4	12,0	243,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	200	4,32	5,52	45,24	247,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	60	4	0,5	25,4	122,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	0,2	0	16,2	65,3
ЙОГУРТ	150	200	3	2,3	4,5	72
Итого за прием пищи:	1045	1235	29,12	31,82	114,14	883,2
Всего за день:			59,12	52,12	232,79	1666,8

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор

МЕНЮ

09 ИЮНЯ 2025 ГОД

7 день

Прием пищи, наименование блюда	масса порции 7-11 лет	масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	100	100	14,4	16,7	9,4	245,6
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	50	0,5	2,4	3,4	37,6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	200	4,32	5,52	45,24	247,2
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	100	100	3	0,2	6,3	38,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	200	2,9	3,1	22,1	128,4
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131
Итого за прием пищи:	665	735	27,42	28,22	101,24	769,0
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	100	1,6	5,1	6,9	80
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	250	2,8	2,8	20,2	118,1
КОТЛЕТЫ ИЗ РЫБЫ	100	100	15,8	15,2	15	260
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	200	3,48	5,64	28,2	177,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	15	0,1	12,4	0,1	112,2
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	200	0,7	0,3	24,4	103
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	60	4	0,5	25,4	122,4
ФРУКТ СВЕЖИЙ	200	200	0	0	0	0
Итого за прием пищи:	1105	1125	28,48	41,94	120,2	973,3
Всего за день:			55,90	70,16	221,44	1742,3

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

ИП

Шашенкова Л.Н.

Директор

МЕНЮ

10 ИЮНЯ 2025 ГОД

8 день

Прием пищи, наименование блюда	масса порции 7-11 лет	масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	150	29,0	20,2	40,8	467,8
ЦЫПЛЯТА, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	100	110	9,67	15,04	7,35	204,57
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	200	3,3	3,9	21	132,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	0,2	0	16,2	65,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
ЙОГУРТ	150	200	3	2,3	4,5	72
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131
Итого за прием пищи:	815	945	47,47	41,74	104,65	1013,97
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	100	1,1	0,2	3,8	24,1
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	300	3	4,2	10,2	91
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	200	3,8	6,3	25,7	174,8
КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	200	3,4	3,5	38,6	200,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45	45	3	0,4	19,1	91,8
БУЛОЧКА ЛАКОМКА	50	50	4,2	3,4	28,8	161,0
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75/50	90/75	20,1	14,4	8,85	244,5
Итого за прием пищи:	950	1060	38,6	32,4	135,05	987,3
Всего за день:			86,07	74,14	239,70	2001,27

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

ИП



Шашенкова Л.Н.

МЕНЮ

11 ИЮНЯ 2025 ГОД

9 день

Директор



Прием пищи, наименование блюда	масса порции 7-11 лет	масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность в ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОТЛЕТА ЛАКОМКА	90	100	14,2	15,4	12,0	243,0
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	200	3,68	14,66	19,66	227,75
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	200	0,2	0,2	27,9	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
ФРУКТ СВЕЖИЙ	200		0,8	0,6	20	91,2
ПЕЧЕНЬЕ КУРАБЬЕ	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1
БАТОН		50	3,8	1,5	25,7	131
Итого за прием пищи:	735	615	23,48	34,06	116,66	873,45
Обед						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	100	1,6	5,1	6,9	80
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	250	16,9	39,5	18,5	498,5
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	200	0,3	0	16,4	67,8
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	50	50	2,28	1,0	29,98	137,76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	60	4	0,5	25,4	122,4
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	250	2,7	4,8	14,4	113,0
Итого за прием пищи:	860	910	27,78	50,9	111,58	1019,46
Всего за день:			51,26	84,96	228,24	1892,91

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

ИП



Шашенкова Л.Н.

МЕНЮ

14 ИЮНЯ 2025 ГОД

12 день

Директор



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	70	6,44	12,44	10,58	187,33
КУРОЧКА РЯБА	100	100	18	22,0	0	271,1
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	200/5	4,4	5,5	46,6	252,9
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	50	0,9	4,9	3,6	61
КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	200	3,6	3,6	39,7	206,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,3	0,3	14,8	71,4
Итого за прием пищи:	620	660	35,64	48,74	115,28	1050,23
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	100	100	1,1	10,1	3,6	106
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	300	12,9	10,7	19,1	225,1
СМЕТАНА	10	10	0,3	1,9	0,3	20
ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	200	250	20,7	28,3	35,7	479,4
НЕКТАР	200	200	1	0,2	20,2	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	60	4	0,5	25,4	122,4
ФРУКТ СВЕЖИЙ	200	200	2,9	1	40,7	186,2
Итого за прием пищи:	1020	1120	42,9	52,7	145,0	1225,1
Всего за день:			78,54	101,44	260,28	2275,33

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

ИП

Шашенкова Л.Н.

СОГЛАСОВАНО

Директор

МЕНЮ

16 ИЮНЯ 2025 ГОД

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и 7-11 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	37,00	29,0	20,2	40,8	467,8
БИТОЧКИ ИЗ КУР	110	35,00	16,99	19,5	3,91	259,63
КАКАО С МОЛОКОМ	200	12,00	2,9	2,5	24,8	134
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180/5	15,00	6,6	5,76	37,56	229,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	70	7,00	4,6	0,6	29,7	142,8
БУЛОЧКА ЛАКОМКА	50	15,00	4,0	4,1	28,4	167,3
Итого за прием пищи:	765	121,00	64,09	52,66	165,17	1400,73
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	19,00	0,8	0,1	2,5	13,9
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	11,00	9,0	11,1	13,0	191,0
ЦЫПЛЯТА, ТУШЕННЫЕ С СОУСОМ	90	35,00	8,72	13,5	6,62	183,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	17,00	4,32	5,52	45,24	247,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	70	7,00	4,6	0,6	29,7	142,8
ФРУКТ	200	20,00	2,9	1	40,7	186,2
Итого за прием пищи:	895	109,00	30,34	31,82	137,76	964,8
Всего за день:		230,00	94,43	84,48	302,93	2365,53

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

ИП

Шашенкова Л.Н.

СОГЛАСОВАНО

Директор

МЕНЮ

16 ИЮНЯ 2025 ГОД

1 день

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность в ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		150	37,00	29,0	20,2	40,8	467,8
БИТОЧКИ ИЗ КУР		110	35,00	16,99	19,5	3,91	259,63
КАКАО С МОЛОКОМ		200	12,00	2,9	2,5	24,8	134
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		200/10	15,00	6,6	5,76	37,56	229,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		50	7,00	4,6	0,6	29,7	142,8
БУЛОЧКА ЛАКОМКА		50	15,00	4,0	4,1	28,4	167,3
Итого за прием пищи:		770	121,00	64,09	52,66	165,17	1400,73
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		100	19,00	0,8	0,1	2,5	13,9
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ		300/10	11,00	9,0	11,1	13,0	191,0
ЦЫПЛЯТА, ТУШЕННЫЕ С СОУСОМ		150	35,00	8,72	13,5	6,62	183,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		200	17,00	4,32	5,52	45,24	247,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		70	7,00	4,6	0,6	29,7	142,8
ФРУКТ		200	20,00	2,9	1	40,7	186,2
Итого за прием пищи:		1030	109,00	30,34	31,82	137,76	964,8
Всего за день:			230,00	94,43	84,48	302,93	2365,53

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

ИП _____ Шашенкова Л.Н.

Директор _____

МЕНЮ
17 ИЮНЯ 2025 ГОД

2 день

Прием пищи, наименование блюда	масса порции и 7-11 лет	масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ЦЫПЛЯТА ОТВАРНЫЕ	90		30,00	7,9	6,5	2,4	100,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		17,00	3,8	6,3	25,7	174,8
ОЛАДЫ С САХАРОМ	100		15,00	4,4	8,6	27,5	204,7
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15		2,00	0	0	0	0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35		5,00	2,3	0,3	14,8	71,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200		3,50	0,2	0	16,2	65,3
Итого за прием пищи:	620		72,50	18,6	21,7	86,6	616,5
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100		15,00	0,9	10,1	2,9	106
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250		10,00	2,4	2,8	20,5	117,5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180		50,00	20,28	19,32	16,08	319,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35		3,50	2,3	0,3	14,8	71,4
ФРУКТ	200		17,00	0,8	0,8	19	91,2
КИСЕЛЬ	200		7,00	0,1	0,1	27,9	113
БУЛОЧКА ОСОБАЯ	70		18,00	6,7	1,4	39,4	196,5
ЙОГУРТ	150		37,00	3	2,3	4,5	72
Итого за прием пищи:	1185		157,50	36,48	37,12	145,08	1086,8
Всего за день:			230,00	55,08	58,82	231,68	1703,3

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

ИП _____ Шашенкова Л.Н.

Директор _____

МЕНЮ
17 ИЮНЯ 2025 ГОД

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ЦЫПЛЯТА ОТВАРНЫЕ	90	110	30,00	7,9	6,5	2,4	100,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		200	17,00	3,8	6,3	25,7	174,8
ОЛАДЫ С САХАРОМ		100	15,00	4,4	8,6	27,5	204,7
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ		15	2,00	0	0	0	0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		35	5,00	2,3	0,3	14,8	71,4
ЧАЙ С САХАРОМ		200	3,50	0,2	0	16,2	65,3
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		200	17,00	0,8	0,8	19,6	94
Итого за прием пищи:		860	89,50	18,6	21,7	86,6	616,5
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ		100	15,00	0,9	10,1	2,9	106
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ		300	10,00	2,4	2,8	20,5	117,5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		250	50,00	20,28	19,32	16,08	319,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		40	3,50	2,3	0,3	14,8	71,4
КИСЕЛЬ		200	7,00	0,1	0,1	27,9	113
БУЛОЧКА ОСОБАЯ		50	10,00	6,7	1,4	39,4	196,5
ЙОГУРТ		200	37,00	3	2,3	4,5	72
БАТОН		50	8,00	3,8	1,5	25,7	131
Итого за прием пищи:		1190	140,50	36,48	37,12	145,08	1086,8
Всего за день:			230,00	55,08	58,82	231,68	1703,3

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

ИП Шашенкова Л.Н.

Директор

МЕНЮ

18 ИЮНЯ 2025 ГОД

3 день

Прием пищи, наименование блюда	масса порции и 7-11 лет	масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность в ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150		42,00	14,42	23,8	2,72	282,88
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100		35,00	14,4	16,7	9,4	245,6
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100		15,00	1,6	5,1	6,9	80
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200		7,00	0,3	0	16,4	67,8
ФРУКТ	200		3,50	2,9	1	40,7	186,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35		20,00	2,3	0,3	14,8	71,4
Итого за прием пищи:	785		122,50	35,92	46,9	90,92	933,88
Обед							
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ	100		15,00	0,9	6,1	2,5	68,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250		12,00	12,9	10,7	19,1	225,1
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	100		38,50	17,8	5,8	0,3	124,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		17,00	3,72	6,48	24,36	169,2
НЕКТАР	200		10,00	1	0,2	19,8	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40		4,00	2,6	0,4	17	81,6
ПЕЧЕНЬЕ	30		11,00	2,3	2,9	22,3	125,1
Итого за прием пищи:	900		107,50	41,22	32,58	105,36	880,3
Всего за день:			230,00	77,14	79,48	196,28	1814,18

Зав. производством

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

ИП Шашенкова Л.Н.

Директор

МЕНЮ

18 ИЮНЯ 2025 ГОД

3 день

Прием пищи, наименование блюда	масса порции и 7-11 лет	масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	42,00	14,42	23,8	2,72	282,88
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		100	35,00	14,4	16,7	9,4	245,6
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		100	15,00	1,6	5,1	6,9	80
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		200	7,00	0,3	0	16,4	67,8
ФРУКТ		200	20,00	2,9	1	40,7	186,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		35	3,50	2,3	0,3	14,8	71,4
БАТОН		50	8,00	3,8	1,5	25,7	131
Итого за прием пищи:		835	130,50	35,92	46,9	90,92	933,88
Обед							
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦАМИ		100	15,00	0,9	6,1	2,5	68,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ		300	12,00	12,9	10,7	19,1	225,1
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ		100	30,50	17,8	5,8	0,3	124,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		200	17,00	3,72	6,48	24,36	169,2
НЕКТАР		200	10,00	1	0,2	19,8	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		40	4,00	2,6	0,4	17	81,6
ПЕЧЕНЬЕ		30	11,00	2,3	2,9	22,3	125,1
Итого за прием пищи:		970	99,50	41,22	32,58	105,36	880,3
Всего за день:			230,00	77,14	79,48	196,28	1814,18

Зав. производством

УТВЕРЖДАЮ

ИП

Шашенкова Л.Н.

МЕНЮ

19 ИЮНЯ 2025 ГОД

СОГЛАСОВАНО

Директор

4 день

Прием пищи, наименование блюда	масса порции и 7-11 лет	масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность в ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150		47,00	22,5	15	35,25	366
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30		2,00	0	0	0	0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200		10,00	2,9	3,1	22,1	128,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	45		4,50	3	0,4	19,1	91,8
ФРУКТ СВЕЖИЙ	200		20,00	0,8	0,8	19	91,2
ВАФЛИ	30		10,00	0,8	1	23,2	106,2
Итого за прием пищи:	655		93,50	30,0	20,3	118,65	783,6
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100		15,00	1,1	0,2	3,8	24,1
СМЕТАНА	15		2,00	0,4	2,9	0,5	30
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	250		13,50	1,9	5,0	6,5	79,2
КОТЛЕТА ШКОЛЬНАЯ	90		40,00	14,2	15,4	12,0	243,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180		18,00	4,32	5,52	45,24	247,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60		6,00	4	0,5	25,4	122,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200		5,00	0,2	0	16,2	65,3
ЙОГУРТ	150		37,00	3	2,3	4,5	72
Итого за прием пищи:	1045		136,50	29,12	31,82	114,14	883,2
Всего за день:			230,00	59,12	52,12	232,79	1666,8

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

ИП

Шашенкова Л.Н.

МЕНЮ

19 ИЮНЯ 2025 ГОД

СОГЛАСОВАНО

Директор

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА		200	47,00	22,5	15	35,25	366
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ		30	2,00	0	0	0	0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ		200	10,00	2,9	3,1	22,1	128,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		45	4,50	3	0,4	19,1	91,8
ФРУКТ СВЕЖИЙ		200	20,00	0,8	0,8	19	91,2
ВАФЛИ		30	10,00	0,8	1	23,2	106,2
Итого за прием пищи:		705	93,50	30,0	20,3	118,65	783,6
Обед							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		100	15,00	1,1	0,2	3,8	24,1
СМЕТАНА		15	2,00	0,4	2,9	0,5	30
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ		350	13,50	1,9	5,0	6,5	79,2
КОТЛЕТА ШКОЛЬНАЯ		110	40,00	14,2	15,4	12,0	243,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		200	18,00	4,32	5,52	45,24	247,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		60	6,00	4	0,5	25,4	122,4
ЧАЙ С САХАРОМ		200	5,00	0,2	0	16,2	65,3
ЙОГУРТ		200	37,00	3	2,3	4,5	72
Итого за прием пищи:		1235	136,50	29,12	31,82	114,14	883,2
Всего за день:			230,00	59,12	52,12	232,79	1666,8

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

ИП

Шашенкова Л.Н.

СОГЛАСОВАНО

Директор

МЕНЮ

20 ИЮНЯ 2025 ГОД

5 день

Прием пищи, наименование блюда	масса порции и 7-11 лет	масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	250		20,00	8,0	9,5	34,7	256,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		5,00	0	0	15,5	61,9
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	40		30,00	9,18	11,84	0	144,97
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50		15,00	3,8	6,4	29,9	192,3
Итого за прием пищи:	540		70,00	20,98	27,74	80,1	655,77
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100		15,00	0,9	10,1	2,9	106
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250		15,00	2,7	4,3	16,8	117
СМЕТАНА	10		2,50	0,3	1,9	0,3	20
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90/50		76,00	26,8	29,2	6,3	393,9
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		17,00	3,8	6,3	25,7	174,8
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200		7,00	0,3	0	16,4	67,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	75		7,50	5	0,7	31,8	153
ФРУКТ	200		20,00	0,8	0,8	19	91,2
Итого за прием пищи:	1155		160,00	40,6	53,3	119,2	1123,7
Всего за день:			230,00	61,58	81,04	199,3	1779,47

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

ИП

Шашенкова Л.Н.

СОГЛАСОВАНО

Директор

МЕНЮ

20 ИЮНЯ 2025 ГОД

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ		300	20,00	8,0	9,5	34,7	256,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	5,00	0	0	15,5	61,9
СЫР (ПОРЦИЯМИ)		40	30,00	9,18	11,84	0	144,97
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	15,00	3,8	6,4	29,9	192,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		35	7,50	2,3	0,3	14,8	71,4
Итого за прием пищи:		625	77,50	20,98	27,74	80,1	655,77
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ		100	15,00	0,9	10,1	2,9	106
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ		300	15,00	2,7	4,3	16,8	117
СМЕТАНА		10	2,50	0,3	1,9	0,3	20
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ		150	68,50	26,8	29,2	6,3	393,9
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		200	17,00	3,8	6,3	25,7	174,8
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		200	7,00	0,3	0	16,4	67,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		75	7,50	5	0,7	31,8	153
ФРУКТ		200	20,00	0,8	0,8	19	91,2
Итого за прием пищи:		1235	152,50	40,6	53,3	119,2	1123,7
Всего за день:			230,00	61,58	81,04	199,3	1779,47

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

ИП

Шашенкова Л.Н.

СОГЛАСОВАНО

Директор

МЕНЮ
21 ИЮНЯ 2025 ГОД

6 день

Прием пищи, наименование блюда	масса порции и 7-11 лет	масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100		15,00	0,9	5,2	7,7	81,3
КУРОЧКА РЯБА	100		40,00	29,4	20,6	0	303,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		15,00	6,5	5,57	37	225,04
КИСЕЛЬ	200		7,00	0,1	0,1	27,9	113
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35		3,50	2,3	0,3	14,8	71,4
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	100		35,00	4,65	1,89	59,66	274,62
Итого за прием пищи:	715		115,50	43,85	33,66	147,06	1069,16
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100		14,00	0,8	0,1	2,5	13,9
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/10		12,00	9,2	12,1	13,2	206,0
СМЕТАНА	10		2,50	0,3	1,9	0,3	20
ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ КУР	200		65,00	20,7	28,3	35,7	479,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200		5,00	0,2	0	16,2	65,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60		6,00	4	0,5	25,4	122,4
ВАФЛИ	30		10,00	0,8	1	23,2	106,2
Итого за прием пищи:	860		114,50	36,0	43,9	116,5	1013,2
Всего за день:			230,00	79,85	77,56	263,56	2082,36

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ

ИП

Шашенкова Л.Н.

СОГЛАСОВАНО

Директор

МЕНЮ
21 ИЮНЯ 2025 ГОД

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		100	15,00	0,9	5,2	7,7	81,3
КУРОЧКА РЯБА		100	40,00	29,4	20,6	0	303,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		200	15,00	6,5	5,57	37	225,04
КИСЕЛЬ		200	7,00	0,1	0,1	27,9	113
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		35	3,50	2,3	0,3	14,8	71,4
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ		100	35,00	4,65	1,89	59,66	274,62
Итого за прием пищи:		735	115,50	43,85	33,66	147,06	1069,16
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		100	14,00	0,8	0,1	2,5	13,9
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ		300	12,00	9,2	12,1	13,2	206,0
СМЕТАНА		10	2,50	0,3	1,9	0,3	20
ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ КУР		230	65,00	20,7	28,3	35,7	479,4
ЧАЙ С САХАРОМ		200	5,00	0,2	0	16,2	65,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ		60	6,00	4	0,5	25,4	122,4
ВАФЛИ		30	10,00	0,8	1	23,2	106,2
Итого за прием пищи:		930	114,50	36,0	43,9	116,5	1013,2
Всего за день:			230,00	79,85	77,56	263,56	2082,36

Зав.производством