



Меню для организации питания учащихся 5-11 классов

Понедельник 1 неделя  
ЗАВТРАК

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Фирменное	Котлеты куриные рубленые	60	12,3	3,72	0	94,8
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,15	4,05	20,25	130,9
685	Чай с лимоном	200	0,2	0	15,2	63,2
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>470</b>	<b>21,41</b>	<b>10,11</b>	<b>61,25</b>	<b>448,8</b>

Цена 57 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,2	4,2	9,8	93,2
Фирменное	Гуляш из куриного филе	60	12,36	1,92	1,98	88,42
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,4	3,3	25,65	238,9
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	19	78,6
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>670</b>	<b>26,12</b>	<b>11,76</b>	<b>82,23</b>	<b>659,02</b>

Цена 100 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся



**Меню для организации питания учащихся 5-11 классов  
Вторник 1 неделя**

**ЗАВТРАК**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Азу (мясо тушенное с овощами)	60	5,58	7,38	4,38	114,06
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,15	4,05	20,25	130,9
372	Компот из свежих ягод	200	0,2	0	20	177
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>470</b>	<b>14,69</b>	<b>13,77</b>	<b>70,43</b>	<b>581,86</b>
<b>Цена 57 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						

**ОБЕД**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Фирменное	Суп рыбный с крупой	200	4,2	2,8	4,6	142,7
297/54-3соус-	Фрикадельки из кур в томатном соусе	60	8,26	5,28	2,58	91,2
54-1г-2020	Макароны отварные	150	7,8	8,4	43,6	281,1
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	56
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>670</b>	<b>26,22</b>	<b>18,82</b>	<b>90,58</b>	<b>730,9</b>
<b>Цена 100 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						



**Меню для организации питания учащихся 5-11 классов**

**Среда 1 неделя  
ЗАВТРАК**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
223	Запеканка из творога	120	10,08	8,16	46,32	207,5
ПР	Молоко сгущенное с сахаром	10	0,72	0,85	5,55	32,8
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	7	4,6	19,4	154
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
<b>Итого</b>		<b>360</b>	<b>21,01</b>	<b>14,96</b>	<b>84,32</b>	<b>476,5</b>
<b>Цена 57 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						

**ОБЕД**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
70	Огурец консервированный	60	0,65	0,15	2,65	16,5
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	5,2	3	17,4	117,8
551	Гренки из пшеничного хлеба	10	0,12	0,05	0,81	4,1
263	Рагу из свинины	230	15,41	31,28	12,88	396,5
389	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>760</b>	<b>28,14</b>	<b>37,02</b>	<b>79,74</b>	<b>786,8</b>
<b>Цена 100 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						



Меню для организации питания учащихся 5-11 классов

Четверг 1 неделя

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
174	Каша вязкая молочная из риса	150	4,5	6	27,5	214,6
54-1з-2020	Сыр (порциями)	20	4,92	5,94	0,1	73,6
53-19з-2020	Масло (порциями)	10	0,05	8,25	0,08	74,8
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	56
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
<b>Итого</b>		<b>410</b>	<b>12,88</b>	<b>21,54</b>	<b>54,73</b>	<b>501,2</b>
<b>Цена 57 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						

ОБЕД

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
113	Суп-лапша домашняя	200	2,4	4,8	11,8	95,6
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,15	4,05	20,25	130,9
Фирменное	Котлеты куриные рубленые	60	12,3	3,72	0	94,8
372	Компот из свежих ягод	200	0,2	0	20	177
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>670</b>	<b>23,81</b>	<b>14,91</b>	<b>77,85</b>	<b>658,2</b>
<b>Цена 100 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						



**Меню для организации питания учащихся 5-11 классов**

**Пятница 1 неделя  
ЗАВТРАК**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Фирменное	Гуляш из куриного филе	60	12,36	1,92	1,98	88,42
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,4	3,3	25,65	238,9
389	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>470</b>	<b>24,52</b>	<b>7,76</b>	<b>73,63</b>	<b>579,22</b>
<b>Цена 57 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						

**ОБЕД**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
82	Борщ с капустой и картофелем	200	7,6	5,8	10,8	123,2
265	Плов	230	26,22	22,08	57,73	552,69
Фирменное блюдо	Компот Смородинка"	200	0,2	0	4,8	57,6
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>690</b>	<b>39,78</b>	<b>30,22</b>	<b>99,13</b>	<b>893,39</b>
<b>Цена 100 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						



**Меню для организации питания учащихся 5-11 классов**

**Понедельник 2 неделя  
ЗАВТРАК**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Курица запеченная	60	11,4	7,94	0	117,56
54-1г-2020	Макароны отварные	150	7,8	8,4	43,6	281,1
685	Чай с лимоном	200	0,2	0	15,2	63,2
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>470</b>	<b>25,16</b>	<b>18,68</b>	<b>84,6</b>	<b>621,76</b>

**Цена 57 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся**

**ОБЕД**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	5,2	3	17,4	117,8
551	Гренки из пшеничного хлеба	10	0,12	0,05	0,81	4,1
256	Мясо тушеное	60	4,98	4,62	1,74	88,35
Фирменное	Рис отварной с овощами "Светофор"	150	4,5	2,4	38,85	197,1
372	Компот из свежих ягод	200	0,2	0	20	177
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>680</b>	<b>20,76</b>	<b>12,41</b>	<b>104,6</b>	<b>744,25</b>

**Цена 100 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся**



Меню для организации питания учащихся 5-11 классов

Вторник 2 неделя

**ЗАВТРАК**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
54-16к-2020	Каша вязкая молочная из риса и пшена	150	3,75	5,1	17,9	133,5
54-1з-2020	Сыр (порциями)	20	4,92	5,94	0,1	73,6
53-19з-2020	Масло (порциями)	10	0,05	8,25	0,08	74,8
685	Чай с лимоном	200	0,2	0	15,2	63,2
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
<b>Итого</b>		<b>410</b>	<b>12,13</b>	<b>20,64</b>	<b>46,33</b>	<b>427,3</b>
<b>Цена 57 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						

**ОБЕД**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными	200	5,16	2,78	18,5	119,6
Фирменное блюдо	Гуляш из куриного филе	60	12,36	1,92	1,98	88,42
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,4	3,3	25,65	238,9
342	Компот из свежих плодов (из яблок)	200	0,01	0,01	11,8	58,9
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>670</b>	<b>28,69</b>	<b>10,35</b>	<b>83,73</b>	<b>665,72</b>
<b>Цена 100 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						



Меню для организации питания учащихся 5-11 классов

Среда 2 неделя

**ЗАВТРАК**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
223	Запеканка из творога	120	10,08	8,16	46,32	207,5
ПР	Молоко сгущенное с сахаром	10	0,72	0,85	5,55	32,8
ПР	Молоко в индивидуальной упаковке	200	5,8	6,4	9,4	120
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	56
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
<b>Итого</b>		<b>560</b>	<b>20,01</b>	<b>16,76</b>	<b>88,32</b>	<b>498,5</b>
<b>Цена 57 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						

**ОБЕД**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
82	Борщ с капустой и картофелем	200	7,6	5,8	10,8	123,2
279	Тефтели	60	5,57	13,42	9,29	178,38
54-1г-2020	Макаронны отварные	150	7,8	8,4	43,6	281,1
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	19	78,6
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>670</b>	<b>27,13</b>	<b>29,96</b>	<b>108,49</b>	<b>821,18</b>
<b>Цена 100 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						



Утверждаю  
Директор \_\_\_\_\_



Меню для организации питания учащихся 5-11 классов

Четверг 2 неделя

**ЗАВТРАК**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
54-19к-2020/1	Каша вязкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес"	150	6,3	5,85	17,55	147,9
54-1з-2020	Сыр (порциями)	20	4,92	5,94	0,1	73,6
53-19з-2020	Масло (порциями)	10	0,05	8,25	0,08	74,8
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	56
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
<b>Итого</b>		<b>410</b>	<b>14,68</b>	<b>21,39</b>	<b>44,78</b>	<b>434,5</b>
<b>Цена 57 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						

**ОБЕД**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
54-9с-2020	Суп картофельный с фасолью	200	7,6	2,6	12,2	102,4
265	Плов	230	26,22	22,08	57,73	552,69
342	Компот из свежих плодов (из яблок)	200	0,01	0,01	11,8	58,9
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>690</b>	<b>39,59</b>	<b>27,03</b>	<b>107,53</b>	<b>873,89</b>
<b>Цена 100 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						



Меню для организации питания учащихся 5-11 классов

Пятница 2 неделя

**ЗАВТРАК**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
297/54-3соус-54-6г-2020	Фрикадельки из кур в томатном соусе	60	8,26	5,28	2,58	91,2
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	27,4	188,7
54-3соус-2020	Соус красный основной	20	0,66	0,54	1,78	14,62
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	19	78,6
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>490</b>	<b>18,68</b>	<b>13,56</b>	<b>76,56</b>	<b>533,02</b>
<b>Цена 57 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						

**ОБЕД**

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,2	4,2	9,8	93,2
Фирменное блюдо	Курица запеченная	60	11,4	7,94	0	117,56
54-1г-2020	Макароны отварные	150	7,8	8,4	43,6	281,1
685	Чай с лимоном	200	0,2	0	15,2	63,2
ПР	Хлеб пшеничный	30	3,21	1,35	13,05	82,2
ПР	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7
<b>Итого</b>		<b>670</b>	<b>27,36</b>	<b>22,88</b>	<b>94,4</b>	<b>714,96</b>
<b>Цена 100 руб / бесплатно для льготных категорий учащихся</b>						