

Утверждаю
 Директор ООО
 "Новая Система Услуг"
 А.С. Павлов



Согласовано
 Директор
 МАОУ СОШ №31
 О.В. Ухватава



Понедельник 1 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Котлеты куриные рубленые	90	14,36	9,8	13,33	198,96
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
389	Сок фруктовый	200	1	0,2	25,6	86,6
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
Итого			24,385	16,1	99,665	619,51

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
96	Рассольник Ленинградский	200	2,4	3,6	19	108
Фирменное блюдо	Котлеты куриные рубленые	90	14,36	9,8	13,33	198,96
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
389	Сок фруктовый	200	1	0,2	25,6	86,6
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
Итого			26,785	19,7	118,67	727,51

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
А.С. Павлов



Согласовано
Директор
МАОУ СОШ №31
О.В. Ухватава



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Вторник 1 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
256	Мясо тушеное	90	9,5	25,35	2,3	274,5
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
686	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	15,2	60
428/ПР	Булочка школьная/Мучное изделие	50/30	4,18	1,6	22,43	145
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		19,33	32,7	92,29	761,7

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,44	3,98	6,5	67,58
256	Мясо тушеное	90	9,5	25,35	2,3	274,5
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
686	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	15,2	60
428/ПР	Булочка школьная/Мучное изделие	50/30	4,18	1,6	22,43	145
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		20,77	36,68	98,79	829,28

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
А.С. Павлов

(подпись)
М.П.

Согласовано
Директор
МАОУ СОШ №31
О.В. Ухватова

(подпись)
М.П.

Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Среда 1 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
54-2з-2020/54	Овощи свежие (огурцы/помидоры)	60	0,6	0,1	1,9	10,65
Фирменное блюдо	Курица запеченная	90	17,1	11,99	0	176,34
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6	19,7	145,8
372	Компот из свежих ягод	200	1	0,2	25,6	86,6
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		25,525	18,89	75,235	551,34

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
54-2з-2020/54	Овощи свежие (огурцы/помидоры)	60	0,6	0,1	1,9	10,65
113	Суп-лапша домашняя	200	6,08	4,56	16	129,36
Фирменное блюдо	Курица запеченная	90	17,1	11,99	0	176,34
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6	19,7	145,8
372	Компот из свежих ягод	200	1	0,2	25,6	86,6
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		31,605	23,45	91,235	680,7

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
А.С. Павлов



Согласовано
Директор
МАОУ СОШ №31
О.В. Ухватова



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Четверг 1 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Аву (мясо тушеное с овощами)	90	11,14	18,9	3,15	227,2
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		23,265	26,4	82,085	656,05

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,7	4,64	10,4	78,72
Фирменное блюдо	Азу (мясо тушеное с овощами)	90	11,14	18,9	3,15	227,2
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		24,965	31,04	92,485	734,77

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
А.С. Павлов



Согласовано
Директор
МАОУ СОШ №31
О.В. Ухვაгова



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Пятница 1 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Пельмени отварные	200	7,2	12	20	216
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
338	Фрукты свежие (апельсин)	130	1,17	0,26	10,53	55,9
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		12,695	12,86	89,965	527,85

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,68	4,6	16,28	133,14
551	Гренки из пшеничного хлеба	10	0,6	0,08	4,9	23,5
Фирменное блюдо	Пельмени отварные	200	7,2	12	20	216
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
338	Фрукты свежие (апельсин)	130	1,17	0,26	10,53	55,9
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		19,975	17,54	111,15	684,49

Утверждаю
 Директор ООО
 "Новая Система Услуг"
 А.С. Павлов
 (подпись)
 М.П.

Согласовано
 Директор
 МАОУ СОШ №31
 О.В. Ухватова
 (подпись)
 М.П.

Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Понедельник 2 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Котлеты домашние	90	10,8	14,4	13,5	227,7
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
342	Компот из свежих плодов (из яблок)	200	0,16	0,16	23,88	97,6
428/ ПР	Булочка школьная/Мучное изделие	50/30	4,18	1,6	22,43	145
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		22,19	22,01	108,47	745,8

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,44	3,98	6,5	67,58
Фирменное блюдо	Котлеты домашние	90	10,8	14,4	13,5	227,7
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
342	Компот из свежих плодов (из яблок)	200	0,16	0,16	23,88	97,6
428/ ПР	Булочка школьная/Мучное изделие	50/30	4,18	1,6	22,43	145
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		23,63	25,99	114,97	813,38

Утверждаю
 Директор ООО
 "Новая Система Услуг"
 А.С. Павлов
 (подпись)
 М.П.



Согласовано
 Директор
 MAOU COШ №31
 О.В. Ухватова
 (подпись)
 М.П.



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Вторник 2 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
54-2з-2020/54	Овощи свежие (огурцы/помидоры)	60	0,6	0,1	1,9	10,65
Фирменное	Гуляш из куриного филе	90	8,27	2,61	12,65	86,28
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9
389	Сок фруктовый	200	1	0,2	25,6	86,6
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		21,795	10,41	104,09	554,38

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
54-2з-2020/54	Овощи свежие (огурцы/помидоры)	60	0,6	0,1	1,9	10,65
54-9с-2020	Суп картофельный с фасолью	200	6,78	4,58	14,4	125,9
Фирменное блюдо	Гуляш из куриного филе	90	8,27	2,61	12,65	86,28
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9
389	Сок фруктовый	200	1	0,2	25,6	86,6
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		28,575	14,99	118,49	680,28

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
А.С. Павлов



Согласовано
Директор
МАОУ СОШ №31
О.В. Ухватова



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Среда 2 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
265	Плов	230	19,35	43,194	39,69	625,6
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
338	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,9	44,4
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		24,075	44,194	109,03	925,95

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,16	2,78	18,5	119,6
265	Плов	230	19,35	43,194	39,69	625,6
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
338	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,9	44,4
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		29,235	46,974	127,53	1045,55

Утверждаю
 Директор ООО
 "Новая Система Услуг"
 А.С. Павлов



Согласовано
 Директор
 МАОУ СОШ №31
 О.В. Ухитова



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Четверг 2 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Курица запеченная	90	17,1	11,99	0	176,34
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6	19,7	145,8
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58
223	Запеканка из творога с молоком сгущёным	60 (50/10)	8,76	6,63	16,8	162
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		32,885	25,22	79,535	674,09

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,68	4,6	16,28	133,14
551	Гренки из пшеничного хлеба	10	0,6	0,08	4,9	23,5
Фирменное блюдо	Курица запеченная	90	17,1	11,99	0	176,34
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6	19,7	145,8
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58
223	Запеканка из творога с молоком сгущёным	60 (50/10)	8,76	6,63	16,8	162
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		40,165	29,9	100,72	830,73

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
А.С. Павлов

(подпись)
М.П.



Согласовано
Директор
МАОУ СОШ №31
О.В. Ухватова

(подпись)
М.П.



Меню для организации питания учащихся с 7 до 11 лет на 2024-2025 год

Пятница 2 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Азу (мясо тушеное с овощами)	90	11,14	18,9	3,15	227,2
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
372	Компот из свежих ягод	200	1	0,2	25,6	86,6
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		21,165	25,2	89,485	647,75

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,7	4,64	10,4	78,72
Фирменное блюдо	Азу (мясо тушеное с овощами)	90	11,14	18,9	3,15	227,2
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
372	Компот из свежих ягод	200	1	0,2	25,6	86,6
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	15,96	73,5
	Итого		24,615	30,19	115,85	799,97