

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



Согласовано

Директор
 МАДОУ СОШ №31

О.В. Уварова



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

Понедельник 1 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Котлеты куриные рубленые	90	12,15	8,82	11,7	175,5
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
389	Сок фруктовый	200	0,8	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	14,96	65,3
Итого			21,975	15,12	97,035	587,85

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
96	Рассольник Ленинградский	200	1,84	5	15	108
Фирменное блюдо	Котлеты куриные рубленые	90	12,15	8,82	11,7	175,5
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
389	Сок фруктовый	200	0,8	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	14,96	65,3
Итого			23,815	20,12	112,04	695,85



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	10	17,55	3,6	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
ПР	Мучное изделие	30/50	4,18	1,6	22,43	145
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		19,83	24,9	92,59	753,5

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,44	4,5	6,5	67,58
256	Мясо тушеное	90	10	17,55	3,6	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
ПР	Мучное изделие	30/50	4,18	1,6	22,43	145
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		21,27	29,4	99,09	821,08

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 1 неделя

Комплексный завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Гуляш из куриного филе	90	8,27	2,61	12,65	86,28
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,1	6,9	35,9	241,8
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58
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	14,96	65,3
	Итого		20,695	10,51	100,49	554,23

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,7	5	10,4	78,72
Фирменное блюдо	Гуляш из куриного филе	90	8,27	2,61	12,65	86,28
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,1	6,9	35,9	241,8
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58
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	14,96	65,3
	Итого		22,395	15,51	110,89	632,95

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	
54-15з-2020/	Консервы овощные закусочные	50	0,72	3,5	5,6	59,1
Фирменное блюдо	Курица запеченная	90	15,1	10,99	0	171
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
372	Компот из свежих ягод	200	0,2	0,1	25,6	58,67
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		25,045	20,69	90,935	614,52

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
54-15з-2020/	Консервы овощные закусочные	50	0,72	3,5	5,6	59,1
113	Суп-лапша домашняя	200	4,08	6	16	129,36
Фирменное блюдо	Курица запеченная	90	15,1	10,99	0	171
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
372	Компот из свежих ягод	200	0,2	0,1	25,6	58,67
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		29,125	26,69	106,94	743,88

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"



Согласовано
Директор
МАОУ СОШ №31



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
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Пельмени отварные	200	6,2	12	20	216
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	25,74	124
223	Запеканка из творога с молоком сгущённым	60 (50/10)	7	6,63	11,21	151,26
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		17,525	19,23	83,985	615,01

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	4	5	16,28	133,14
551	Гренки из пшеничного хлеба	10	0,6	0,08	4,9	23,5
Фирменное блюдо	Пельмени отварные	200	6,2	12	20	216
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	25,74	124
223	Запеканка из творога с молоком сгущённым	60 (50/10)	7	6,63	11,21	151,26
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		22,125	24,31	105,17	771,65

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



Согласовано
Директор
МАОУ СОШ №31
О.В. Ухвалова



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
			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
ПР	Мучное изделие	30/50	4,18	1,6	22,43	145
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		22,19	22,01	107,47	737,6

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,44	3,98	6,5	67,58
Фирменное	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
ПР	Мучное изделие	30/50	4,18	1,6	22,43	145
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		23,63	25,99	113,97	805,18

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



Согласовано



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
			Б	Ж	У	
47	Салат из квашеной капусты	50	1,4	3,5	2,4	43,6
Фирменное блюдо	Гуляш из куриного филе	90	8,27	2,61	12,65	86,28
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,1	6,9	35,9	241,8
389	Сок фруктовый	200	0,8	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	14,96	65,3
	Итого		22,295	13,81	103,59	582,03

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
47	Салат из квашеной капусты	50	1,4	3,5	2,4	43,6
54-9с-2020	Суп картофельный с фасолью	200	3,36	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	8,1	6,9	35,9	241,8
389	Сок фруктовый	200	0,8	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	14,96	65,3
	Итого		25,655	18,39	117,99	707,93

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



Согласовано
 Директор
 МАОУ СОШ №31
 О.В. Удальцова



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
			Б	Ж	У	
291	Плов из птицы	230	15,39	23,12	20,9	290,94
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	25,74	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	14,96	65,3
	Итого		20,115	24,12	83,575	583,09

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,16	2,78	18,5	119,6
291	Плов из птицы	230	15,39	23,12	20,9	290,94
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	25,74	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	14,96	65,3
	Итого		25,275	26,9	102,08	702,69

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



Согласовано
 Директор
 МАОУ СОШ №31
 О.В. Ковалева



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
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Курица запеченная	90	15,1	10,99	0	171
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	4,8	21,94	143,8
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	14,96	65,3
		Итого	22,125	16,39	63,975	496,55

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			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	15,1	10,99	0	171
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	4,8	21,94	143,8
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	14,96	65,3
		Итого	29,405	21,07	85,155	653,19

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



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
			Б	Ж	У	
Фирменное блюдо	Азу (мясо тушеное с овощами)	90	9,14	15,1	4,86	205,11
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
372	Компот из свежих ягод	200	0,2	0,1	25,6	58,67
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		18,365	21,3	90,195	589,53

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			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	9,14	15,1	4,86	205,11
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
372	Компот из свежих ягод	200	0,2	0,1	25,6	58,67
ПР	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,25	12,08	58,45
ПР	Хлеб ржаной	35	1,75	0,35	14,96	65,3
	Итого		20,065	25,94	100,6	668,25