



*А.В. Комиссаров*

# МЕНЮ 17.03.2025

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Возрастная категория с 12 до 18 лет

Премь пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Цена	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Цена	№ Референс
			Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность (ккал)			Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность (ккал)		
ЗАВТРАК	<b>Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом</b>	<b>200/5</b>	5,84	7,76	28,67	208,00	<b>35,26</b>	<b>250/5</b>	7,30	9,70	35,83	260,00	<b>41,66</b>	182/07
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	0,07	0,02	15,00	60,00	<b>8,00</b>	<b>200</b>	0,07	0,02	15,00	60,00	<b>8,00</b>	376/07
	<b>Бутерброд с повидлом</b>	<b>50</b>	2,39	0,90	28,03	127,00	<b>18,00</b>	<b>50</b>	2,39	0,90	28,03	127,00	<b>18,00</b>	2/22
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	3,75	0,50	23,50	115,00	<b>7,50</b>	<b>50</b>	3,75	0,50	23,50	115,00	<b>7,50</b>	ГОСТ
ИТОГО ЗАВТРАК			<b>12,05</b>	<b>9,18</b>	<b>95,20</b>	<b>510,00</b>			<b>13,51</b>	<b>11,12</b>	<b>102,36</b>	<b>562,00</b>		
ОБЕД	<b>Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной</b>	<b>205</b>	2,07	4,73	6,68	79,00	<b>27,00</b>	<b>255</b>	2,17	5,95	8,18	96,00	<b>35,70</b>	88/07
	<b>Котлеты из птицы с соусом</b>	<b>110</b>	15,20	14,40	12,20	245,00	<b>66,70</b>	<b>110</b>	15,20	14,40	12,20	245,00	<b>66,70</b>	тк№295
	<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>150</b>	5,90	10,90	28,50	236,00	<b>20,90</b>	<b>180</b>	7,12	13,10	34,20	283,00	<b>24,90</b>	309/07
	<b>Сок</b>	<b>200</b>	1,30	0,00	26,80	95,00	<b>28,00</b>	<b>200</b>	1,30	0,00	26,80	95,00	<b>28,00</b>	25/11
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	3,75	0,50	23,50	115,00	<b>7,50</b>	<b>50</b>	3,75	0,50	23,50	115,00	<b>7,50</b>	ГОСТ
	<b>Хлеб Дарницкий</b>	<b>50</b>	3,24	0,50	20,50	100,00	<b>7,50</b>	<b>50</b>	3,24	0,50	20,50	100,00	<b>7,50</b>	ГОСТ
ИТОГО ОБЕД			<b>31,46</b>	<b>31,03</b>	<b>118,18</b>	<b>870,00</b>			<b>32,78</b>	<b>34,45</b>	<b>125,38</b>	<b>934,00</b>		

## ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ 1-4 КЛАСС

из расчета 73.39 руб.

	<b>110</b>
<b>Котлеты из птицы с соусом</b>	
<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>150</b>
<b>Сок</b>	<b>200</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>

## ОДНОРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ 5-11 КЛАСС

из расчета 73.39руб.

	<b>110</b>
<b>Котлеты из птицы с соусом</b>	
<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>180</b>
<b>Сок</b>	<b>200</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>



*А. Комиссаров*

Согласовано  
Директор

Утверждено:

Директор ООО "Общественное питание" А.В. Комиссаров

# Меню на 18.03.2025

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Возрастная категория с 12 до 18 лет

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	цена	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	цена	№ Рецензуры
			Белки	Жиры	Углеводы	Соль				Белки	Жиры	Углеводы	Соль			
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" вязкая	200/5	5,50	8,77	29,27	213,00	37,96	250/5	6,80	10,96	36,58	266,00	44,59	168/11		
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	8,00	200	0,07	0,02	15,00	60,00	8,00	376/07		
	Сыр порциями	20	6,18	7,80	0,00	69,00	26,60	20	6,18	7,80	0,00	69,00	26,60	42/07		
	Масло сливочное	10	0,10	8,20	0,10	75,00	19,00	10	0,10	8,20	0,10	75,00	19,00	41/10		
	Хлеб пшеничный	40	3,00	0,40	18,80	92,00	6,00	40	3,00	0,40	18,80	92,00	6,00	ГОСТ		
	Хлеб Дарницкий	25	1,62	0,25	10,25	50,00	3,75	25	1,62	0,25	10,25	50,00	3,75	ГОСТ		
	ИТОГО ЗАВТРАК			16,47	25,44	73,42	559,00			17,77	27,63	80,73	612,00			
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми(горох)	200	3,92	4,26	15,38	115,54	27,00	250	4,90	5,33	19,23	144,43	35,70	102/07		
	Курица тушеная с морковью	100	14,10	5,70	4,40	126,40	69,90	100	14,10	5,70	4,40	126,40	69,90	402/22		
	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,85	7,90	4,40	250,00	26,16	180	9,42	7,54	48,87	300,00	31,39	302/07		
	Напиток из ягод замороженных	200	0,10	0,02	17,26	104,00	24,00	200	0,10	0,02	17,26	104,00	24,00	702/04		
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	23,50	115,00	7,50	25	1,88	0,25	11,75	57,50	3,75	ГОСТ		
	Хлеб Дарницкий	25	1,62	0,25	10,25	50,00	3,75	25	1,62	0,25	10,25	50,00	3,75	ГОСТ		
	ИТОГО ОБЕД			31,34	17,73	75,19	760,94			32,02	19,09	111,76	782,33			

## ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ 1-4 КЛАСС

ИЗ РАСЧЕТА 73,39 РУБ.

Курица тушеная с морковью	100
Каша гречневая рассыпчатая	150
Напиток из ягод замороженных	200
Хлеб пшеничный	25

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

## ОДНОРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ 5-11 КЛАСС

ИЗ РАСЧЕТА 73,39 РУБ.

Курица тушеная с морковью	100
Каша гречневая рассыпчатая	180
Напиток из ягод замороженных	200
Хлеб пшеничный	25



*А. Комиссаров*



# Меню 19.03.2025

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Возрастная категория с 12 до 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				энергетическая ценность (ккал)	цена	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				энергетическая ценность (ккал)	цена	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы					Белки	Жиры	Углеводы				
ЗАВТРАК	Каша молочная из гречневой крупы с маслом	205	6,63	8,65	37,60	253,00	34,64	255	8,28	10,81	47,00	316,25	40,58	182/07		
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	8,00	200	0,07	0,02	15,00	60,00	8,00	376/07		
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	23,50	115,00	7,50	50	3,75	0,50	23,50	115,00	7,50	ГОСТ		
	Горячий бутерброд	60	6,67	8,47	14,98	163,00	39,90	60	6,67	8,47	14,98	163,00	39,90	200/13		
Итого ЗАВТРАК			17,12	17,64	91,08	591,00			18,77	19,80	100,48	654,25				
ОБЕД	Борщ с капустой свежей, картофелем и сметаной	200/5	1,98	4,40	9,40	86,00	27,00	250/5	2,59	5,35	15,58	122,00	35,70	82/07		
	Биточки рыбные с соусом	100	12,60	11,52	10,88	196,00	49,90	100	12,60	11,52	10,88	196,00	49,90	234/331/07		
	Пюре картофельное	103,5	2,10	6,65	13,60	123,00	22,20	134,5	2,70	8,65	17,68	160,00	28,81	312/07		
	Капуста свежая тушеная	50	1,04	1,33	6,70	43,00	16,00	50	1,04	1,33	6,70	43,00	16,00	321/07		
	Напиток из плодов или ягод сушеных	200	0,38	0,00	31,40	127,00	24,00	200	0,38	0,00	31,40	127,00	24,00	702/04		
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	23,50	115,00	7,50	50	3,75	0,50	23,50	115,00	7,50	ГОСТ		
	Хлеб Дарницкий	50	3,24	0,50	20,50	100,00	3,75	25	1,62	0,25	10,25	50,00	3,75	ГОСТ		
	Итого ОБЕД			25,09	24,90	115,98	790,00			24,68	27,60	115,99	813,00			

ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ 1-4 КЛАСС  
ИЗ РАСЧЕТА 73,39 РУБ.

Биточки рыбные с соусом	100
Пюре картофельное	103,5
Капуста свежая тушеная	50
Напиток из плодов или ягод сушеных	200
Хлеб пшеничный	40

ТАБ ПРОИЗВОДСТВОМ

ОДНОРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ 5-11 КЛАСС  
ИЗ РАСЧЕТА 73,39 РУБ.

Биточки рыбные с соусом	100
Пюре картофельное	134,5
Капуста свежая тушеная	50
Напиток из плодов или ягод сушеных	200
Хлеб пшеничный	40



Согласовано:  
Директор  
*А. Комиссаров*

Утверждено:  
Директор ООО "Общественное питание" А.В. Комиссаров

# Меню 20.03.2025

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Возрастная категория с 12 до 18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	цена	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	цена	№ рецепта
			Белки	Жиры	Углевод дм					Белки	Жиры	Углевод ы				
ЗАВТРАК	<b>Зеленый горошек консервированный (отварной)</b>	<b>60</b>	1,86	0,12	3,90	24,00	<b>24,96</b>	<b>100</b>	3,10	0,20	6,50	40,00	<b>41,60</b>	71/15		
	<b>Омлет натуральный</b>	<b>150</b>	14,50	18,06	15,32	282,00	<b>71,06</b>	<b>200</b>	19,67	24,51	20,79	383,00	<b>93,80</b>	210/07		
	<b>Печенье</b>	<b>40</b>	3,00	3,92	29,76	166,80	<b>16,00</b>	<b>40</b>	3,00	3,92	29,76	166,80	<b>16,00</b>	376/07		
	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	0,07	0,02	15,00	60,00	<b>8,00</b>	<b>200</b>	0,07	0,02	15,00	60,00	<b>8,00</b>	376/07		
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	3,75	0,50	23,50	115,00	<b>7,50</b>	<b>50</b>	3,75	0,50	23,50	115,00	<b>7,50</b>	ГОСТ		
	ИТОГО ЗАВТРАК			<b>23,18</b>	<b>22,62</b>	<b>87,48</b>	<b>647,80</b>			<b>29,59</b>	<b>29,15</b>	<b>95,55</b>	<b>764,80</b>			
ОБЕД	<b>Икра кабачковая</b>	<b>60</b>	1,27	2,34	10,80	79,36	<b>22,68</b>	<b>100</b>	2,12	3,77	17,43	128,01	<b>37,80</b>	ТТК№64		
	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b>	<b>200</b>	2,18	2,56	16,60	100,00	<b>27,00</b>	<b>250</b>	3,01	2,98	20,45	121,00	<b>35,70</b>	103/07		
	<b>Плов из птицы</b>	<b>200</b>	19,46	27,53	31,87	454,00	<b>82,15</b>	<b>250</b>	23,32	32,23	39,83	542,00	<b>91,62</b>	291/07		
	<b>Напиток апельсиновый или лимонный</b>	<b>200</b>	0,12	0,02	22,66	92,78	<b>28,00</b>	<b>200</b>	0,12	0,02	22,66	92,78	<b>28,00</b>	ТТК№135		
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>	3,75	0,50	23,50	115,00	<b>7,50</b>	<b>25</b>	1,88	0,25	11,75	57,50	<b>3,75</b>	ГОСТ		
	<b>Хлеб Дарницкий</b>	<b>25</b>	1,62	0,25	10,25	50,00	<b>3,75</b>	<b>25</b>	1,62	0,25	10,25	50,00	<b>3,75</b>	ГОСТ		
ИТОГО ОБЕД			<b>28,40</b>	<b>33,20</b>	<b>115,68</b>	<b>891,14</b>			<b>32,07</b>	<b>39,50</b>	<b>122,37</b>	<b>991,29</b>				

ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ 1-4 КЛАСС  
ИЗ РАСЧЕТА 73.39 РУБ.

Икра кабачковая	60
Плов из птицы	200
Напиток апельсиновый или лимонный	200
Хлеб пшеничный	40

ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ

ОДНОРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ 5- 11 КЛАСС  
ИЗ РАСЧЕТА 73.39 РУБ.

Плов из птицы	250
Напиток апельсиновый или лимонный	200
Хлеб пшеничный	40



Директор ООО "Общественное питание" А.В. Комиссаров



# Меню 21.03.2025

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Возрастная категория с 12 до 18 лет

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				цена	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				цена	№ ГОСТ
			Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность (ккал)			Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность (ккал)		
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы с маслом	200/5	7,30	11,62	31,20	254,00	30,00	250/5	9,10	14,52	39,00	317,00	35,18	182/07
	Масло сливочное	10	0,10	8,20	0,10	75,00	19,00	10	0,10	8,20	0,10	75,00	19,00	41/10
	Яйцо вареное вкрутую	1 шт./40г	5,08	4,60	0,28	63,00	18,00	1 шт./40г	5,08	4,60	0,28	63,00	18,00	209/07
	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	2,67	29,20	155,00	28,00	200	3,60	2,67	29,20	155,00	28,00	379/07
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	23,50	115,00	7,50	50	3,75	0,50	23,50	115,00	7,50	ГОСТ
Итого завтрак			19,83	27,59	84,28	662,00			21,63	30,49	92,08	725,00		
ОБЕД	Рассольник Ленинградский	205	1,64	5,00	13,00	97,40	28,00	255	2,05	6,25	16,25	121,75	38,50	134/13
	Тефтели мясо-крупяные	110	7,91	17,98	9,33	231,00	61,69	110	7,91	17,98	9,33	231,00	61,69	188/223
	Пюре картофельное	155	3,10	9,35	19,13	173,00	33,24	185	3,90	14,50	22,96	239,00	39,96	312/07
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	8,00	200	0,07	0,02	15,00	60,00	8,00	376/07
	Хлеб пшеничный	50	3,75	0,50	23,50	115,00	7,50	50	3,75	0,50	23,50	115,00	7,50	ГОСТ
	Хлеб Дарницкий	25	1,62	0,25	10,25	50,00	3,75	25	1,62	0,25	10,25	50,00	3,75	ГОСТ
Итого обед			18,09	33,10	90,21	726,40			19,30	39,50	97,29	816,75		

ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ 1-4 КЛАСС  
ИЗ РАСЧЕТА 73,39 РУБ.

Тефтели мясо-крупяные	110
Пюре картофельное	155
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	25

ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ

ОДНОРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ 5-11 класс  
ИЗ РАСЧЕТА 73,39 РУБ

Тефтели мясо-крупяные	110
Пюре картофельное	185
Чай с сахаром	200
Хлеб пшеничный	25