

## МЕНЮ (Циклическое меню )

07/05/2025 : 3 д

| Наименование                                                   | выход    | цена   | Наименование                                                   | выход    | цена   |
|----------------------------------------------------------------|----------|--------|----------------------------------------------------------------|----------|--------|
| (1) Комплекс завтрак с 1-4 классы<br>=511ккал                  | 1шт      | 88.00  | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал             | 30гр     | 1-76   |
| Запеканка из творога с морковью с молоком сгущённым<br>305ккал | 130/20гр | 59-76  | Свежие фрукты.<br>47ккал                                       | 1шт      | 18-95  |
| Чай с натуральным молоком<br>86ккал                            | 200гр    | 9-53   | (1) Комплекс Многодетные семьи 2 смена<br>=875ккал             | 1шт      | 110.00 |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал             | 30гр     | 1-76   | Огурец консервированный<br>1ккал                               | 14гр     | 8-83   |
| Свежие фрукты,<br>47ккал                                       | 1шт      | 16-95  | Суп с бобовыми.<br>126ккал                                     | 250гр    | 18-39  |
| (1) Комплекс обед с 1-4 классы<br>=807ккал                     | 1шт      | 108.00 | Птица тушеная в соусе (кур.филе)<br>246ккал                    | 120гр    | 44-46  |
| Огурец консервированный<br>2ккал                               | 21гр     | 13-09  | Макароны отварные.<br>299ккал                                  | 180гр    | 16-38  |
| Суп с бобовыми<br>107ккал                                      | 200гр    | 14-86  | Компот из брусники<br>72ккал                                   | 200гр    | 18-90  |
| Птица тушеная в соусе (кур.филе)<br>246ккал                    | 120гр    | 44-46  | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал             | 30гр     | 1-76   |
| Макароны отварные<br>249ккал                                   | 150гр    | 13-65  | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия<br>58ккал       | 30гр     | 1-28   |
| Компот из брусники<br>72ккал                                   | 200гр    | 18-90  | (1) ОБЗ с 7-11 лет (1-4) 1 смена<br>=1039ккал                  |          | 168.00 |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал             | 30гр     | 1-76   | Завтрак<br>=511ккал                                            | 1шт      | 88.00  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия<br>58ккал       | 30гр     | 1-28   | Запеканка из творога с морковью с молоком сгущённым<br>305ккал | 130/20гр | 59-76  |
| (1) Комплекс Отдельные категории 1 смена<br>=511ккал           | 1шт      | 90.00  | Чай с натуральным молоком<br>86ккал                            | 200гр    | 9-53   |
| Запеканка из творога с морковью с молоком сгущённым<br>305ккал | 130/20гр | 59-76  | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал             | 30гр     | 1-76   |
| Чай с натуральным молоком<br>86ккал                            | 200гр    | 9-53   | Свежие фрукты,<br>47ккал                                       | 1шт      | 16-95  |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал             | 30гр     | 1-76   | 2 прием пищи<br>=528ккал                                       | 1шт      | 80.00  |
| Свежие фрукты.<br>47ккал                                       | 1шт      | 18-95  | Суп с бобовыми<br>107ккал                                      | 200гр    | 14-86  |
| (1) Комплекс Отдельные категории 2 смена<br>=875ккал           | 1шт      | 110.00 | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал             | 30гр     | 1-76   |
| Огурец консервированный<br>1ккал                               | 14гр     | 8-83   | Компот из брусники<br>72ккал                                   | 200гр    | 18-90  |
| Суп с бобовыми.<br>126ккал                                     | 250гр    | 18-39  | Булочка с кунжутом<br>229ккал                                  | 75гр     | 18-02  |
| Птица тушеная в соусе (кур.филе)<br>246ккал                    | 120гр    | 44-46  | Свежие фрукты`<br>47ккал                                       | 1шт      | 26-46  |
| Макароны отварные.<br>299ккал                                  | 180гр    | 16-38  | (1) ОБЗ с 7-11 лет (5 кл.) 1 смена<br>=1039ккал                |          | 168.00 |
| Компот из брусники<br>72ккал                                   | 200гр    | 18-90  | Завтрак<br>=511ккал                                            | 1шт      | 90.00  |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал             | 30гр     | 1-76   | Запеканка из творога с морковью с молоком сгущённым<br>305ккал | 130/20гр | 59-76  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия<br>58ккал       | 30гр     | 1-28   | Чай с натуральным молоком<br>86ккал                            | 200гр    | 9-53   |
| (1) Комплекс Многодетные семьи 1 смена<br>=511ккал             | 1шт      | 90.00  | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал             | 30гр     | 1-76   |
| Запеканка из творога с морковью с молоком сгущённым<br>305ккал | 130/20гр | 59-76  | Свежие фрукты.<br>47ккал                                       | 1шт      | 18-95  |
| Чай с натуральным молоком<br>86ккал                            | 200гр    | 9-53   | 2 прием пищи<br>=528ккал                                       | 1шт      | 78.00  |



| Наименование                                             | выход | цена   | Наименование                                                      | выход    | цена   |
|----------------------------------------------------------|-------|--------|-------------------------------------------------------------------|----------|--------|
| Суп с бобовыми<br>107ккал                                | 200гр | 14-86  | (1) ОВЗ с 12 лет (1-4) 1 смена<br>=1058ккал                       |          | 184.00 |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал       | 30гр  | 1-76   | Завтрак<br>=511ккал                                               | 1шт      | 88.00  |
| Компот из брусники<br>72ккал                             | 200гр | 18-90  | Запеканка из творога с морковью с<br>молоком сгущённым<br>305ккал | 130/20гр | 59-76  |
| Булочка с кунжутом<br>229ккал                            | 75гр  | 18-02  | Чай с натуральным молоком<br>86ккал                               | 200гр    | 9-53   |
| Свежие фрукты<br>47ккал                                  | 1шт   | 24-46  | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал                | 30гр     | 1-76   |
| (1) ОВЗ с 7-11 лет (1-4) 2 смена<br>=1169ккал            |       | 168.00 | Свежие фрукты<br>1шт                                              | 1шт      | 16-95  |
| Обед<br>=807ккал                                         | 1шт   | 108.00 | 2 прием пищи<br>=547ккал                                          |          | 96.00  |
| Огурец консервированный<br>2ккал                         | 21гр  | 13-09  | Суп с бобовыми.<br>126ккал                                        | 250гр    | 18-39  |
| Суп с бобовыми<br>107ккал                                | 200гр | 14-86  | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал                | 30гр     | 1-76   |
| Птица тушеная в соусе (кур.филе)<br>246ккал              | 120гр | 44-46  | Компот из брусники<br>72ккал                                      | 200гр    | 18-90  |
| Макароны отварные<br>249ккал                             | 150гр | 13-65  | Булочка с кунжутом<br>229ккал                                     | 75гр     | 18-02  |
| Компот из брусники<br>72ккал                             | 200гр | 18-90  | Свежие фрукты*<br>47ккал                                          | 1шт      | 38-93  |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал       | 30гр  | 1-76   | (1) ОВЗ с 12 лет (5-11) 1 смена<br>=1058ккал                      |          | 184.00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия<br>58ккал | 30гр  | 1-28   | Завтрак<br>=511ккал                                               | 1шт      | 90.00  |
| Полдник<br>=362ккал                                      | 1шт   | 60.00  | Запеканка из творога с морковью с<br>молоком сгущённым<br>305ккал | 130/20гр | 59-76  |
| Чай с натуральным молоком<br>86ккал                      | 200гр | 9-53   | Чай с натуральным молоком<br>86ккал                               | 200гр    | 9-53   |
| Булочка с кунжутом<br>229ккал                            | 75гр  | 18-02  | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал                | 30гр     | 1-76   |
| Свежие фрукты.<br>47ккал                                 | 1шт   | 32-45  | Свежие фрукты.<br>47ккал                                          | 1шт      | 18-95  |
| (1) ОВЗ с 7-11 лет (5 кл.) 2 смена<br>=1237ккал          |       | 168.00 | 2 прием пищи<br>=547ккал                                          | 1шт      | 94.00  |
| Обед<br>=875ккал                                         | 1шт   | 110.00 | Суп с бобовыми.<br>126ккал                                        | 250гр    | 18-39  |
| Огурец консервированный<br>1ккал                         | 14гр  | 8-83   | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал                | 30гр     | 1-76   |
| Суп с бобовыми.<br>126ккал                               | 250гр | 18-39  | Компот из брусники<br>72ккал                                      | 200гр    | 18-90  |
| Птица тушеная в соусе (кур.филе)<br>246ккал              | 120гр | 44-46  | Булочка с кунжутом<br>229ккал                                     | 75гр     | 18-02  |
| Макароны отварные.<br>299ккал                            | 180гр | 16-38  | Свежие фрукты<br>47ккал                                           | 1шт      | 36-93  |
| Компот из брусники<br>72ккал                             | 200гр | 18-90  | (1) ОВЗ с 12 лет (1-4) 2 смена<br>=1169ккал                       |          | 184.00 |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал       | 30гр  | 1-76   | Обед<br>=807ккал                                                  | 1шт      | 108.00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодатом калия<br>58ккал | 30гр  | 1-28   | Огурец консервированный<br>2ккал                                  | 21гр     | 13-09  |
| Полдник<br>=362ккал                                      | 1шт   | 58.00  | Суп с бобовыми<br>107ккал                                         | 200гр    | 14-86  |
| Чай с натуральным молоком<br>86ккал                      | 200гр | 9-53   | Птица тушеная в соусе (кур.филе)<br>246ккал                       | 120гр    | 44-46  |
| Булочка с кунжутом<br>229ккал                            | 75гр  | 18-02  | Макароны отварные<br>249ккал                                      | 150гр    | 13-65  |
| Свежие фрукты<br>47ккал                                  | 1шт   | 30-45  | Компот из брусники<br>72ккал                                      | 200гр    | 18-90  |
|                                                          |       |        | Хлеб пшеничный обогащенный йодатом калия<br>73ккал                | 30гр     | 1-76   |



| Наименование                                                | выход | цена   | Наименование | выход | цена |
|-------------------------------------------------------------|-------|--------|--------------|-------|------|
| Полдник<br>=362ккал                                         | 1шт   | 76.00  |              |       |      |
| Чай с натуральным молоком<br>86ккал                         | 200гр | 9-53   |              |       |      |
| Булочка с кунжутом<br>229ккал                               | 75гр  | 18-02  |              |       |      |
| Свежие фрукты:<br>47ккал                                    | 1шт   | 48-45  |              |       |      |
| (1) ОВЗ с 12 лет (5-11) 2 смена<br>=1164ккал                |       | 184.00 |              |       |      |
| Обед<br>=875ккал                                            | 1шт   | 110.00 |              |       |      |
| Огурец консервированный<br>1ккал                            | 14гр  | 8-83   |              |       |      |
| Суп с бобовыми.<br>126ккал                                  | 250гр | 18-39  |              |       |      |
| Птица тушеная в соусе (кур.филе)<br>246ккал                 | 120гр | 44-46  |              |       |      |
| Макароны отварные.<br>299ккал                               | 180гр | 16-38  |              |       |      |
| Компот из брусники<br>72ккал                                | 200гр | 18-90  |              |       |      |
| Хлеб пшеничный обогащенный йодатом<br>калия<br>73ккал       | 30гр  | 1-76   |              |       |      |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный<br>йодатом калия<br>58ккал | 30гр  | 1-28   |              |       |      |
| Полдник<br>=289ккал                                         | 1шт   | 74.00  |              |       |      |
| Чай с натуральным молоком<br>86ккал                         | 200гр | 9-53   |              |       |      |
| Булочка с кунжутом<br>229ккал                               | 75гр  | 18-02  |              |       |      |
| Свежие фрукты~<br>47ккал                                    | 1шт   | 46-45  |              |       |      |

Директор

Заведующий производством

# МЕНЮ (Циклическое меню )

07/05/2025 : 3 д

| Наименование                                                                                                                             |            |       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------|
|                                                                                                                                          | выход      | цена  |
| <b>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ БЛЮДА</b>                                                                                                              |            |       |
| Салат "Удалец"<br>[231ккал, белки:13.0, жиры:13.2, углеводы:2.6, Ca:21.1, Mg:18.4, P:75.4, A:50.0, C:7.0]                                | 100гр      | 60-68 |
| Салат из свежих помидоров и огурцов<br>[102ккал, белки:0.8, жиры:10.0, углеводы:2.5, Ca:13.8, Mg:12.9, P:21.8, C:11.9]                   | 40/40/10гр | 40-73 |
| Салат из фасоли с овощами<br>[69ккал, белки:2.8, жиры:3.2, углеводы:7.5, Ca:23.8, Mg:13.9, P:30.7, Fe:1.0, C:5.0]                        | 85/15гр    | 33-73 |
| Поджарка из горбуши<br>[118ккал, белки:11.1, жиры:7.7, углеводы:4.6, Ca:17.4, Mg:18.3, P:118.5, A:14.8, C:2.6]                           | 65гр       | 65-00 |
| Жаркое по-домашнему из свинины<br>[221ккал, белки:6.6, жиры:15.5, углеводы:13.3, Ca:14.9, Mg:26.1, P:104.5, C:15.9]                      | 25/100гр   | 42-34 |
| Котлета рубленая мясная "Особая"<br>[196ккал, белки:10.1, жиры:13.0, углеводы:10.0, Ca:8.3, Mg:11.6, P:99.8]                             | 80гр       | 64-90 |
| Оладушки из куриного филе<br>[136ккал, белки:7.7, жиры:10.2, углеводы:4.0, Ca:10.2, P:15.3, A:14.6]                                      | 50гр       | 28-95 |
| Каша молочная рисовая<br>[229ккал, белки:5.6, жиры:7.5, углеводы:34.4, Ca:126.4, Mg:31.6, P:144.6, A:19.2, C:1.0]                        | 200/5гр    | 30-34 |
| Картофель запеченный под сыром со сметаной<br>[218ккал, белки:7.8, жиры:12.5, углеводы:17.7, Ca:233.3, Mg:35.3, P:192.2, A:60.8, C:20.6] | 150гр      | 54-47 |
| Овощной Калейдоскоп<br>[40ккал, белки:1.3, жиры:3.4, углеводы:3.3, Ca:76.8, Mg:10.7, P:19.6, A:17.9, C:40.2]                             | 100гр      | 55-94 |
| Перловка отварная с овощами<br>[192ккал, белки:3.3, жиры:9.7, углеводы:22.8, Ca:26.8, Mg:21.2, P:119.0, A:14.8, C:3.0]                   | 150гр      | 19-29 |
| Пирог с луком и яйцом<br>[154ккал, белки:3.4, жиры:6.4, углеводы:20.8, Ca:24.0, Mg:8.9, P:53.6, A:14.7, C:2.4]                           | 75гр       | 21-18 |
| Пицца "Малышка" мясная<br>[190ккал, белки:6.4, жиры:10.3, углеводы:18.3, Ca:85.5, Mg:15.8, P:100.5, A:20.9, C:3.5]                       | 90гр       | 52-30 |
| Сырная булочка<br>[205ккал, белки:9.0, жиры:9.1, углеводы:21.9, Ca:190.5, Mg:16.9, P:158.7, A:63.5]                                      | 90гр       | 38-71 |
| Булочка Глазированная<br>[152ккал, белки:3.2, жиры:5.4, углеводы:22.6, Ca:18.8, Mg:13.8, P:50.8, A:8.9]                                  | 60гр       | 17-81 |
| Сочень с творогом<br>[205ккал, белки:5.7, жиры:10.8, углеводы:21.4, Ca:35.6, Mg:7.8, P:61.8, A:27.8, E:3.2]                              | 75гр       | 32-78 |
| Угольник с яблоком<br>[179ккал, белки:3.4, жиры:5.7, углеводы:28.5, Ca:21.0, Mg:8.1, P:44.8, A:9.2, C:1.4]                               | 75гр       | 19-06 |
| Желе "Классные витаминки"<br>[72ккал, белки:4.7, углеводы:13.6, Ca:38.0, Mg:3.6, P:16.3]                                                 | 200гр      | 25-24 |

Директор \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_

07/05/2025