



Согласовано
МБОУ "СОШ №8"

М.А. Пустынцева

20 г.

МЕНЮ

" 07 FEB 2025

20 г.

Утверждено
Директор ООО "Экспресс-сервис"
В.И.Погораев



1 День, понедельник, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки		Жиры		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины					Цена, руб.
			всего	всего	Са	Мг			Р	Fe	А,мкг	Рэ,мкг	Тэ,мг	В1,мг	С,мг	В1	В2	В3	В6	В9	
Завтрак																					
81	Фрикадельки " Петушок "	60	10,97	3,13	5,61	94,34	10,1	1,69	8,5	0,17	17,23	28,26	0,26	0,01					44,61		
94/2008	Рис припущенный	160	3,71	4,60	39,08	213,10	11,45	24,77	75,41	0,55	20,01	36,92	0,28	0,03					21,31		
528/1994	Соус красный основной	50	0,38	0,91	3,00	21,39	3,61	2,69	5,85	0,11		84	0,51	0,01	0,33			1,82			
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26			8,32			
2	Батон школьный	68,2	5,85	2,60	39,83	205,34	12,16	8,28	45,82	0,65	1,33	2,31	1,78	0,07				4,94			
Итого за 'Завтрак'		538,24	22,46	12,39	103,45	611,20	90,51	43,52	174,7	1,56	44,58	162,48	2,83	0,14	0,59				81,00		
Обед																					
41	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,69	3,81	9,78	77,00	35,87	17,87	40,59	0,69	17,7	235,05	0,19	0,04					19,92		
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01					10,34		
75	Котлета Детская(свинина)	90	12,36	24,43	12,41	318,05	27,52	19,07	138,7	1,57	44,31	47,17	2,92	0,44	0,88				63,90		
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	12,02	65,54	99,08	2,23	18,76	35,36	0,35	0,12					15,94		
2	Батон школьный	85,4	7,32	3,26	49,82	256,85	15,21	10,36	57,31	0,81	1,66	2,89	2,23	0,09					6,18		
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01						5,22		
Итого за 'Обед'		794,86	29,68	38,22	109,37	887,18	96,01	116,7	337	5,69	86,75	320,6	5,76	0,7	14				121,50		

0102

Согласовано

МБОУ "СОШ №8"

Пустынцева

20 г.

МЕНЮ



05 ФЕВ 2025

20 г.

Утверждено
Директор ООО "Экспресс-сервис"
В.И.Покрас

2 день, вторник, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки		Жиры		Углево-Ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины	Цена, руб.
			всего	всего	Са	Мг			Р	Fe	А,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		

Завтрак																
13	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	93,7	1,43	4,67	10,30	84,62	42,52	15,4	28,67	0,55	0	189,68	2,17	0,03	33,11	10,00
271	Котлеты домашние	55	3,20	7,88	7,05	111,68	7,51	6,21	35,48	0,47	1,81	2,04	1,6	0,09	0,13	36,83
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	22,23
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	8,32
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
Итого за 'Завтрак'		548,73	15,91	19,83	97,57	623,55	129,9	41,58	179,2	2,38	26,47	237,03	5,91	0,25	33,51	81,00
Обед																

132	Рассольник Ленинградский	220	1,91	3,50	15,14	98,09	19,41	20,13	56,73	0,79	15,58	207,37	0,22	0,07	5,9	21,79
252	Сметана	20	0,49	3,92	0,67	40,24	16,86	1,57	11,76	0,04	29,4	32	0,08	0,01	0,06	8,48
4	Котлета Волна /филе/	90	17,33	6,05	13,34	176,44	28,35	8,94	44,54	0,68	21,6	34,38	2,63	0,03	0,22	63,03
514	Горох отварной	150	14,50	6,91	41,67	273,95	88,25	73,61	222,9	4,82	40,12	45,84	0,57	0,5	0	18,39
2	Батон школьный	96,4	8,27	3,68	56,27	290,10	17,18	11,7	64,73	0,92	1,88	3,26	2,51	0,1	0	6,98
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Обед'		776,41	42,68	24,09	140,83	932,06	170,4	115,9	400,7	7,28	108,6	322,85	6,02	0,7	6,17	121,50

0102

Согласовано

МБОУ "СОШ №8" г. Железнодорожный

М.А. Пустынцева

" 05.09.2025 г.

МЕНЮ

5 день, среда, 7-11 лет, осенне-зимний период

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Пожрас

" 07.09.2025 г.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины	Цена, руб.
							Са	Мг	Р	Fe	А,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг		

Завтрак																
6	Салат Тазалык	40	0,53	3,56	3,85	48,23	12,96	5,51	9,52	0,23	0	16,68	1,87	0,01	5,52	11,21
ТТК 248	Котлета рыбная /минтай с яйцом/	50	6,90	4,52	7,68	98,80	24,01	19,37	93,15	0,67	13,67	16,59	2,21	0,06	0,07	30,93
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	31,49
2	Батон школьный	62,7	5,38	2,39	36,60	188,70	11,17	7,61	42,11	0,6	1,22	2,12	1,64	0,07	0	4,54
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Завтрак'		502,71	16,08	15,83	83,47	534,29	89,74	61,02	230,1	2,6	34,09	75,08	5,91	0,25	15,87	81,00

Обед

46	Суп картофельный с макаронными изделиями	270	2,89	2,39	21,97	119,22	20,89	23,25	60,09	0,96	9,56	290,06	0,33	0,09	6,97	19,69
76	Котлета Загадка(свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	33,53	21,34	127,3	1,39	14,58	25,92	2,64	0,36	1,85	59,82
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	83,08	27,74	56,57	1,11	18,76	106,97	0,3	0,04	31,63	29,79
2	Батон школьный	96,4	8,27	3,68	56,27	290,10	17,18	11,7	64,73	0,92	1,88	3,26	2,51	0,1	0	6,98
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22
Итого за 'Обед'		813,41	26,18	32,50	119,61	862,37	157,5	84,76	310	4,46	44,78	426,35	5,8	0,6	41,57	121,50

0902

Согласовано

МБОУ "СОШ №8"

М.А. Пустынцева

МЕНЮ

20 г.

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И.Покрас

07.09.2025

20 г.



4 День, четверг, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)			Витамины					Цена, руб.
							Са	Мг	Р	Fe	А,мкг	Рэ,мкг	Тэ,мг	В1,мг	

Завтрак																
ТТК 250	Творожно - банановое суфле	69,3	8,25	5,29	16,17	143,32	72,7	19,92	107,8	0,52	44,19	53,21	0,24	0,03	2,55	41,07
ТТК 152	Стушенное молоко (соус)	10	0,68	0,75	5,05	28,75	27,02	2,96	19,05	0,02	2,52	4,7	0,02	0	0,04	5,72
302/2004	Каша пшеничная молочная	200	8,05	9,25	41,41	278,96	117,4	47,99	178,3	1,31	40,88	76,71	0,31	0,18	0,5	27,76
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	2,83
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
Итого за 'Завтрак'		529,32	21,46	17,24	105,57	654,72	226,4	76,94	338,7	2,36	88,57	136,32	1,88	0,27	3,09	81,00

Обед

Обед																
13	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	100	1,52	4,98	10,99	90,29	45,36	16,43	30,59	0,59	0	202,37	2,32	0,03	35,33	10,67
138	Суп картофельный с горохом	250	5,07	4,18	21,00	137,01	36,75	33,53	94,44	1,76	17,7	234,55	0,3	0,17	4,6	19,12
239	Коглета куриная (с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52,09	11,47	47,9	0,72	4,1	11,02	2,93	0,05	0,31	52,75
97	Макаронные изделия отварные	185	6,72	5,21	43,29	246,38	21,96	9,63	52,14	0,99	21,81	40,23	1,03	0,08	0	27,41
2	Батон школьный	87,4	7,50	3,33	51,03	263,11	15,58	10,61	58,71	0,83	1,71	2,96	2,28	0,09	0	6,33
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22
Итого за 'Обед'		919,44	36,55	23,55	158,22	976,52	174,6	82,41	285,1	4,97	45,32	491,26	8,88	0,42	41,36	121,50

0102

Согласовано

МБОУ "СОЦ. №8" г.Орск

М.А. Пустынцева

20 г.

МЕНЮ



Утверждено
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И.Покрас

20 г.



5 День, пятница, 7-11 лет, осенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки		Жиры		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Витамины			Цена, руб.
			всего	всего	Са	Мг			Р	Fe	А,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	

Завтрак																	
ТТК 162	Салат Сезонный	52,5	0,65	3,27	4,89	49,62	18,1	6,54	15,69	0,28	0	2,7	1,67	0,01	5,99	16,39	
268	Котлеты,биточки ,шницели (свинина)	50	6,62	12,02	8,63	168,94	19,79	12,7	71,53	0,86	2,06	2,94	1,8	0,2	0,03	35,67	
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	19,63	22,27	98,51	1,68	57,82	65,3	0,78	0,11	0	22,49	
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83	
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62	
Итого за 'Завтрак'		502,45	16,02	25,81	88,21	641,52	66,82	47,58	219,3	3,33	60,86	72,64	5,54	0,37	6,02	81,00	

Обед																	
39	Борщ из св.капусты с картофелем	220	1,47	3,35	11,83	79,73	31,86	17,6	39,6	0,85	15,58	167,86	0,17	0,04	7,09	18,33	
252	Сметана	15	0,37	2,94	0,50	30,18	12,64	1,18	8,82	0,03	22,05	24	0,06	0	0,04	6,36	
ТТК 248	Котлета рыбная /минтай с яйцом/	90	12,42	8,14	13,82	177,84	43,22	34,87	167,7	1,21	24,6	29,87	3,99	0,1	0,12	55,67	
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	31,49	
2	Батон школьный	94,2	8,08	3,59	54,98	283,45	16,78	11,43	63,25	0,89	1,84	3,18	2,46	0,1	0	6,82	
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83	
Итого за 'Обед'		769,20	25,61	23,37	116,47	769,77	146,1	93,61	364,7	4,08	83,27	264,6	6,87	0,36	17,54	121,50	

0002

Согласовано

МБОУ "СОШ №8"

М.А. Пустынцева

20 г.

МЕНЮ



Утверждено
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрыс

20 г.

05.09.2025



6 День, суббота, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные э-		Витамины					Цена, руб.
							Са	Мг	Р	Fe	А, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	

Завтрак																
267	Апельсин под абрикосовым соусом	84,3	0,69	0,14	17,73	70,85	25,61	10,46	17,8	0,28	0	16,21	0,24	0,03	39,73	35,49
302	Каша овсяная молочная	200	8,99	10,31	44,23	298,62	152,7	71,66	263,7	2,11	46	51,27	0,92	0,28	1,25	27,17
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
14	Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,38	0,6	0	0,95	0,01	29,5	32,65	0,05	0	0	9,50
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22
Итого за 'Завтрак'		546,30	14,23	16,53	105,26	613,00	190,7	88,92	317,3	2,95	76,48	101,96	2,52	0,37	42,09	81,00

Обед																
109	Пуштык шyd	250	3,34	3,21	18,05	112,49	25,48	25,96	78,71	1,19	23,85	245,33	0,25	0,1	8,6	24,55
ТТК 197	Окорочок куриный /1 Блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
155	Гуляш куриный	50/50	13,24	5,38	4,78	119,90	11,79	5,6	15,31	0,31	0	21,5	2,33	0,01	1,31	51,82
ТТК 85	Каша перловая с овощами	150	5,18	14,04	39,92	300,38	35,89	30,59	184,8	1,22	0	440	7,28	0,07	0,79	9,50
2	Батон школьный	76,3	6,54	2,91	44,50	229,44	13,59	9,25	51,2	0,72	1,49	2,58	1,99	0,08	0	5,52
158	Напиток Здоровье	200	0,11	0,07	23,93	92,40	3,96	2,63	2,41	0,37	0	0,63	0,15	0	1,26	19,77
Итого за 'Обед'		788,75	32,01	27,35	131,18	884,70	93,25	77,17	332,4	4,12	29,66	710,03	12,05	0,27	11,96	121,50

012

Согласовано

МБОУ "СОШ №8"

М.А. Пустынцева

20 г.

МЕНЮ



Утверждено

Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрыс

20 г.

05.05.2025



7 день, понедельник, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки		Жиры		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Цена, руб.
			всего	всего	Са	Мг			Р	Fe	А,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																
270	Котлеты Московские	50	1,68	5,23	6,70	80,40	5,57	3,53	16,39	0,26	0,16	0,29	1,34	0,05	0,07	35,47
510	Каша гречневая вязкая	170	5,06	5,60	26,38	169,41	13,62	74,28	112,3	2,53	21,26	40,07	0,4	0,13	0	18,06
2	Батон школьный	77,9	6,68	2,97	45,47	234,44	13,88	9,45	52,31	0,74	1,52	2,63	2,03	0,08	0	5,64
280	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,06	2,4	0	3	0,02	40	45	0,1	0	0	19,00
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Завтрак'		507,91	13,68	21,09	92,44	603,55	35,87	87,26	184	3,59	62,95	88	3,88	0,26	0,07	81,00
Обед																
56	Суп из овощей	200	1,55	3,09	9,74	70,55	21,43	16,27	40,86	0,59	14,16	192,09	0,16	0,06	7,2	18,73
ТК 197	Окорочок куриный /1 Блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
77	Котлета Эдровье(свинина)	90	11,72	20,20	4,93	247,62	21,68	20,53	117,6	1,37	23,4	318,42	2,61	0,46	0,14	62,24
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	19,63	22,27	98,51	1,68	57,82	65,3	0,78	0,11	0	22,49
2	Батон школьный	70	6,00	2,67	40,85	210,63	12,47	8,49	47	0,66	1,37	2,37	1,83	0,07	0	4,87
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Обед'		722,50	27,33	36,31	101,04	831,40	78,15	70,69	304	4,66	101,1	578,17	5,42	0,71	7,34	121,50

0102

Согласовано

МБОУ "СОШ №8"

М.А. Пустынцева

20 г.

МЕНЮ

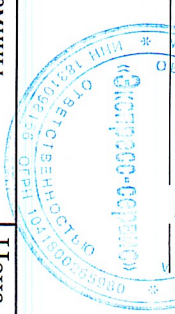


8 день, вторник, 7-11 лет, осенне-зимний период

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И.Покрас

20 г.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)										Цена, руб.
							Са	Мг	Р	Fe	А,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
Завтрак																	
13	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	77,4	1,18	3,86	8,51	69,90	35,12	12,72	23,68	0,46	0	156,67	1,8	0,02	27,35	8,26	
239	Котлета куриная (с луком)	50	8,61	3,21	9,90	102,24	28,94	6,37	26,61	0,4	2,28	6,12	1,63	0,03	0,17	29,31	
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	31,49	
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62	
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	8,32	
Итого за 'Завтрак'		527,42	18,71	15,44	85,12	544,96	167,4	59,78	208,3	2,47	28,46	215,17	4,92	0,24	38,07	81,00	
Обед																	
138	Суп картофельный с горохом	250	5,07	4,18	21,00	137,01	36,75	33,53	94,44	1,76	17,7	234,55	0,3	0,17	4,6	19,12	
76	Котлета Загудка(свинина)	90	11,43	22,35	10,21	286,74	33,53	21,34	127,3	1,39	14,58	25,92	2,64	0,36	1,85	59,82	
534	Капустя тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	83,08	27,74	56,57	1,11	18,76	106,97	0,3	0,04	31,63	29,79	
2	Батон школьный	58,6	5,02	2,23	34,18	176,24	10,44	7,11	39,33	0,56	1,14	1,98	1,53	0,06	0	4,24	
254	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	22,52	88,47	6,27	1,67	3,06	0,15	0	0,32	0,03	0	2,56	8,53	
Итого за 'Обед'		748,57	25,01	32,81	105,00	799,08	170,1	91,39	320,7	4,97	52,18	369,74	4,79	0,64	40,64	121,50	

0802

Согласовано

МБОУ "СОШ №8"

М.А. Пустынцева

МЕНЮ

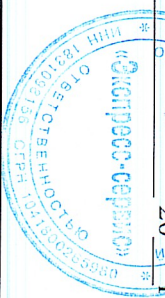


9 день, среда, 7-11 лет, осенне-зимний период

Утверждено
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покраев

05.09.2020



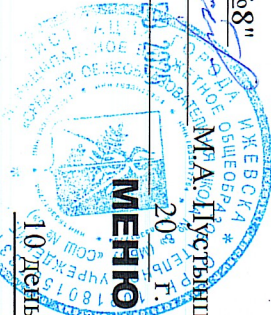
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)			Витамины			Цена, руб.			
							Са	Мг	Р	Fe	А,мкг	РЭ,мкг		ГЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
43	Салат Степной	82,3	1,40	7,37	7,14	97,94	15,49	16,24	37,96	2,4	0	341,32	3,76	0,05	2,2	17,74
77	Котлета Здоровье(свинина)	50	6,51	11,22	2,74	137,56	12,05	11,4	65,36	0,76	13	176,9	1,45	0,25	0,08	34,58
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	22,23
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Завтрак'		532,25	17,84	24,78	87,92	638,95	54,65	41,52	179,2	4,48	31,66	552,53	7,35	0,42	2,28	81,00
Обед																
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	36,2	20	45	0,96	17,7	190,75	0,2	0,04	8,06	20,84
ТТК 197	Окорочок куриный /1 Блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
67	Биточки Диетические (свинина)	90	11,55	26,04	2,75	289,99	29,42	22,45	129,8	1,29	22,05	276,1	2,5	0,49	10,94	61,99
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18,14	124,5	187,2	4,21	23,9	45,51	0,64	0,22	0	18,65
2	Батон школьный	61,6	5,28	2,35	35,96	185,39	10,98	7,48	41,37	0,58	1,2	2,08	1,61	0,06	0	4,46
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22
Итого за 'Обед'		771,11	30,84	40,96	110,52	914,41	100,1	178,3	404,7	7,44	69,17	514,58	5,02	0,83	20,12	121,50

0502

Согласовано

МБОУ "СОИ №8"

М.А. Дустьишева



20 г.

МЕНЮ

Утверждено
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Покрас



20 г.

10 день, четверг, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки		Жиры		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Цена, руб.
			всего	всего	Са	Мг			Р	Fe	А,мкг	Рэ,мкг	Тэ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																
268	Десерт в фруктовым соусе	86,2	0,39	0,21	28,21	109,40	14,53	8,38	10,89	1,29	0	24,69	0,31	0,02	5,21	21,16
119	Каша Дружба	200	7,14	8,82	44,28	283,27	127,2	44,76	177,4	1,03	57,79	65,89	0,23	0,16	1,24	27,02
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,22
738	Пирожки печеные с мясом	60	7,95	3,03	20,47	140,44	10,36	9,91	69,11	0,87	3,24	7,28	1,55	0,05	0,03	27,60
Итого за 'Завтрак'		553,16	15,72	12,12	107,04	588,81	155	63,79	258,8	3,27	61,03	97,99	2,11	0,23	7,6	81,00

Обед

13	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	100	1,52	4,98	10,99	90,29	45,36	16,43	30,59	0,59	0	202,37	2,32	0,03	35,33	10,67
48	Суп Крестьянский с крупой	220	1,68	3,40	12,96	87,13	24,36	16,22	40,23	0,55	15,58	206,18	0,18	0,04	7,04	16,94
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	4,21	0,39	2,94	0,01	7,35	8	0,02	0	0,01	2,12
239	Котлета куриная (с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52,09	11,47	47,9	0,72	4,1	11,02	2,93	0,05	0,31	52,75
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	31,49
2	Батон школьный	64,9	5,57	2,48	37,89	195,35	11,57	7,88	43,59	0,62	1,27	2,19	1,69	0,07	0	4,70
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,83
Итого за 'Обед'		829,92	27,66	22,98	115,17	765,43	179,2	80,92	250,6	3,58	47,5	469,45	7,34	0,31	52,98	121,50

0502

Согласовано

МБОУ "СОИЛ №8"

М.А. Дустишьева

20 г.

МЕНЮ



Утверждено
Директор ООО "Экспресс-сервис"

В.И. Плочкин

20 г.



11 день, летний период, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки		Жиры		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Цена, руб.
			всего	всего	Са	Mg			P	Fe	А,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
Завтрак																
302	Каша овсяная молочная	200	8,99	10,31	44,23	298,62	152,7	71,66	263,7	2,11	46	51,27	0,92	0,28	1,25	27,17
112	Омлет натуральный	60,7	5,31	6,44	1,30	84,26	46,28	7,11	84,64	0,88	71,25	124,89	0,28	0,03	0,13	28,37
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
693	Какао с молоком	200	3,79	3,04	26,05	139,86	123,2	30,38	113,9	1,02	19,6	22,12	0,01	0,04	1,27	21,84
Итого за 'Завтрак'		510,71	22,38	21,70	100,77	673,20	331,1	115,2	495,7	4,48	137,8	199,97	2,51	0,41	2,65	81,00
Обед																
132	Рассольник Ленинградский	210	1,82	3,34	14,45	93,64	18,52	19,21	54,15	0,75	14,87	197,95	0,21	0,07	5,63	20,80
268	Котлеты,биточки ,шницели (свинина)	90	11,92	21,64	15,53	304,10	35,61	22,86	128,8	1,55	3,71	5,3	3,24	0,35	0,06	64,20
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	22,23
2	Батон школьный	78,5	6,73	2,99	45,79	236,09	13,98	9,52	52,68	0,74	1,53	2,65	2,05	0,08	0	5,68
153	Компот из сухофруктов	200	1,22	0,07	34,54	130,71	35,73	22,84	31,76	0,75	0	145,75	1,38	0,02	0,4	8,59
Итого за 'Обед'		728,46	27,15	32,27	145,42	964,30	121,7	82,24	309,6	4,6	37,79	384,26	7,7	0,58	6,08	121,50

0102

СОГЛАСОВАНО

МБОУ "СОШ №8"

М.А.З. Пустынцева

20 г.

МЕНЮ

"05.09.2025"

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"
В.И.Покрас

20 г.

12 день, суббота, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углевод, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)							Цена, руб.
							Са	Мг	Р	Fe	А,мкг	Рэ,мкг	Тэ,мг	

Завтрак

ТТК 229	Саглат Летний	56,2	1,54	5,88	3,78	73,39	12,32	7,8	31,09	0,49	12,63	38,38	2,64	0,03	2,92	22,65
271	Котлеты домашние	50	2,91	7,17	6,41	101,53	6,82	5,64	32,26	0,42	1,65	1,85	1,45	0,08	0,12	33,48
510	Каша пшенная вязкая	150	4,08	4,94	23,89	155,94	14,33	27,37	77,87	0,93	18,76	35,73	0,17	0,11	0	12,93
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,62
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	8,32
Итого за 'Завтрак'		506,15	14,36	21,03	79,20	558,34	95,57	52,97	213,9	2,4	40,02	88,66	5,56	0,29	3,3	81,00

Обед

46	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,67	2,21	20,35	110,39	19,35	21,52	55,64	0,89	8,85	268,58	0,31	0,08	6,45	18,24
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюдо/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	10,34
260	Гуляш из свинины	50/50	11,29	26,26	3,50	294,97	21,58	19,72	121	1,21	0	16	2,3	0,52	3,02	62,19
94/2008	Рис припущенный	150	3,48	4,31	36,63	199,78	10,73	23,22	70,69	0,52	18,76	34,61	0,26	0,03	0	19,98
2	Батон школьный	30,7	2,63	1,17	17,90	92,29	5,46	3,72	20,59	0,29	0,6	1,04	0,8	0,03	0	2,22
254	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	22,52	88,47	6,27	1,67	3,06	0,15	0	0,32	0,03	0	2,56	8,53
Итого за 'Обед'		743,17	23,81	35,71	100,91	815,99	65,92	72,99	271	3,37	32,53	320,54	3,76	0,68	12,03	121,50

0502