



2 ДЕНЬ
Согласовано
Директор МБОУ гимназии № 1
В. В. Гуреева

Утверждаю
Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания и торговли"
В. Н. Серикова

МЕНЮ

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях
для возрастной категории 7-11 лет

на 21 01 2025 год

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг. ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Нарезка из соленых огурцов	30	0,3	0,1	0,5	3	70/2015
Биточки рыбные	70	5,2	4,9	8,4	102	234/2015
Пюре картофельное	150	3,1	4,9	21,3	137	312/2015
Кисель плодоваягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	ПР
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
ИТОГО:		12	10,4	76,7	435	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг. ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Икра кабачковая	60	0,7	2,8	4,6	47	ПР
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,5	5,4	17,3	90	82/2015
Бефстроганов	100(50/50)	15,2	23,1	5,1	290	250/2015
Каша вязкая рисовая	150	2,6	4,2	26,6	155	303/2015
Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,2	80	ПР
Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
ИТОГО:		25,1	36,2	101,6	783	

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг. ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Кисель плодоваягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	ПР
Кондитерские изделия промышленного производства	100	8,6	12,3	13,2	180	ПР
ИТОГО:		8,6	12,3	36,2	272	

Бухгалтер Т.И. Борисова

Мат.ответ. — В.И. Бошкарёв В.И. Бошкарёв



Утверждаю
 Генеральный директор ООО "Комбинат школьного питания и торговли"
 В. Н. Серикова

М Е Н Ю

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для
 детей возрастной категории от 12 лет и старше

на 21 01 2025 год

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Нарезка из соленых огурцов	60	0,5	0,1	1	6	70/2015
Биточки рыбные	90	6,7	6,3	10,8	130	234/2015
Картофельное пюре	150	3,1	4,9	21,3	137	312/2015
Кисель плодово-ягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	ПР
Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,2	80	ПР
Хлеб ржаной иодированный	30	1,9	0,3	12,6	61,5	ПР
ИТОГО:		15	12	88,9	506,5	

ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Икра кабачковая	100	1,2	4,7	7,7	78	ПР
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	8,2	21,5	110	82/2015
Бефстроганов	100(50/50)	15,2	23,1	5,1	290	250/2015
Каша вязкая рисовая	180	3,1	5	31,9	185	303/2015
Чай с лимоном	200/10/7	0,3	0	15,2	60	686/2004
Хлеб пшеничный	20	1,4	0,2	10,1	40	ПР
Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
ИТОГО:		25,1	41,5	104,1	824	

ПОЛДНИК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы,		
Кисель плодоваягодный на натуральной основе витаминизированный	200	0	0	23	92	ПР
Кондитерские изделия промышленного производства	50	9,3	6,1	36	333	ПР
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2015
ИТОГО:		9,7	6,5	68,8	472	

Бухгалтер

Т.И. Борисова

Мат.ответ.

В.И. Бошкарев

