

Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 10 марта 2025 г

Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)

Неделя: 1

День: понедельник

Дневной рацион для детей 7-11 лет (завтрак, обед)			День: понедельник					
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,19	6	35,79	242,6	883	47,00
	Яйцо отварное шт	50	5,08	5	0,28	62,8	349,01	35,00
	Батон	40	3	1	20,56	104,8	693	8,00
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686	8,00
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1	1 259,01	18,00
	Итого за Завтрак	500	15,41	19	71,92	536,2		116,00
Обед	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	200	7,19	6	35,79	242,6	883	47,00
	Яйцо отварное шт	50	5,08	5	0,28	62,8	349,01	35,00
	Батон	40	3	1	20,56	104,8	693	8,00
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686	8,00
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1	1 259,01	18,00
	Итого за Завтрак	500	15,41	19	71,92	536,2		116,00
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6,7	21,77	148,6	1 030	25,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	18,00
	Смесь овощная	60	0,78		2,94	38,4	819	20,00
	Котлета Домашняя	90	11	10		162	1027	50,00
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,27	3	38,71	212,7	516	15,00
	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4	917,02	15,00
	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	7,00
Итого за Обед	800	26,55	23,7	101,88	778,9		150,00	
Обед	Обед за родительскую плату							
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,64	6,7	21,77	148,6	1 030	25,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	18,00
	Смесь овощная	60	0,78		2,94	38,4	819	20,00
	Котлета Домашняя	90	11	10		162	1027	50,00
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,27	3	38,71	212,7	516	15,00
	Компот из ягод	200	0,15		19,06	78,4	917,02	15,00
Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	7,00	
Итого за Обед	800	26,55	23,7	101,88	778,9		150,00	
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Булочка ванильная.	100	8,47	9	57,5	342,6	767	15,00
Итого за Полдник	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106	914	30,00
	Итого за Полдник	300	14,27	14	65,5	448,6		45,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Огурцы соленные	30	0,24		0,51	3,9	1 006	10,00
	Плов с мясом	200	19,54	22	40,63	299,1	444	61,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	109,6	897	7,00
Итого за Ужин	470	24,06	24	78,54	476,4		83,00	
Итого за день	2 070	82,49	81	330,4	2428,4			

Согласовано
Зам.директора МАОУ "Гимназия № 41"
Л.Н.Скотникова

Утверждаю
Директор ООО "Социальное питание"
М.Б.Некрасова

Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 11 марта 2025 г

Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)

Неделя: 1

День: вторник

(лист 2)

Меню для детей 7-14 лет (завтрак, обед)								
Неделя: 1								
День: вторник								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Биточек из мяса свинины паровой	50	8,12	5	2,41	92,9	466	40,00
	Рис припущенный	150	3,05	3	25,01	220,5	512	15,00
	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7	600,01	5,00
	Какао с молоком Хрутка	200	2,57	4	13,38	190	921	20,00
	Батон	40	2	1	16,56	104,8	693	8,00
	Блинчики с начинкой	70	3,08	4	7,65	88,5	1 330	28,00
	Итого за Завтрак	540	19,24	19	67,03	720,4		116,00
	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Биточек из мяса свинины паровой	50	8,12	5	2,41	92,9	466	40,00
	Рис припущенный	150	3,05	3	25,01	220,5	512	15,00
	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7	600,01	5,00
	Какао с молоком	200	2,57	4	13,38	190	921	20,00
	Батон	40	2	1	16,56	104,8	693	8,00
	Блинчики с начинкой	70	3,08	4	7,65	88,5	1 330	28,00
	Итого за Завтрак	540	19,24	19	67,03	720,4		116,00
Обед								
	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	3,79	5,8	27,34	147,5	1 021	25,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	18,00
	Горошек зеленый отварной	60	1,79	0,3	16,75	50,1	819,02	19,00
	Жаркое по-домашнему	200	13,22	17,55	22,94	362,9	893,01	71,00
	Напиток Ягодка	200	0,12		16,85	61,1	930	12,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1	19,4	109,6	897	5,00
Итого за Обед	760	25,51	27,65	103,28	766,4		150,00	
Обед	Обед за родительскую плату							
	Борщ с капустой, картофелем и	250	3,79	5,8	27,34	147,5	1 021	25,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	18,00
	Горошек зеленый отварной	60	1,79	0,3	16,75	50,1	819,02	19,00
	Жаркое по-домашнему	200	13,22	17,55	22,94	362,9	893,01	71,00
	Напиток Ягодка	200	0,12		16,85	61,1	930	12,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1	19,4	109,6	897	5,00
Итого за Обед	760	25,51	27,65	103,28	766,4		150,00	
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Крендель песочный с сахаром	75	5,89	13	56,09	366,1	838	20,00
	Сок натуральный	200			22,4	95	707	25,00
Итого за Полдник	275	5,89	13	78,49	461,1		45,00	
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Биточек "Уральский" мясо-капустный	75	10,05	20	4,94	242,1	1 027	55,00
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7	516	15,00
	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8	483	8,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	109,6	897	5,00
Итого за Ужин	465	20,89	25	85,31	644,2		83,00	
Итого за день	2 020	72,23	96	330,61	2592,1			

Согласовано

Зам.директора МАОУ "Гимназия № 41"
Л.Н.Скотникова

Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 12 марта 2025 г



Утверждаю
М.Б.Некрасова

Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед) Неделя: 1

День: среда

Наименование блюда			Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы				
Прием пищи									
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК								
	Сырники	150	12,5	9,23	24,87	336	1 066,01	55,00	
	Молоко сгущенное	25	1,98	2	13,6	80,3	902	6,00	
	Чай с сахаром	200			14,97	59,9	828	5,00	
	Батон	40	3	1	20,56	104,8	693	8,00	
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1	1 259,01	18,00	
	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47	976,03	24,00	
	Итого за Завтрак	525	17,96	19,23	83,93	697,1		116,00	
Завтрак	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ								
	Сырники	150	12,5	9,23	24,87	336	1 066,01	55,00	
	Молоко сгущенное	25	1,98	2	13,6	80,3	902	6,00	
	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9	828	5,00	
	Батон	40	3	1	20,56	104,8	693	8,00	
	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7	0,13	66,1	1 259,01	18,00	
	Фрукт (яблоко)	100	0,4		9,8	47	976,03	24,00	
	Итого за Завтрак	525	17,96	19,23	83,93	697,1		116,00	
Обед	Обед								
	Суп-пюре овощной	250	2,53	7,6	15,78	147,5	1 016	20,00	
	Гренки из пшеничного хлеба	20	0,59		15,62	80	943	5,00	
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	18,00	
	Квашеная капуста с луком	30		4,8	0,02	28	1 275	15,00	
	Плов с мясом птицы	200	15,48	11,2	36,84	293,3	1 075	75,00	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7	928	12,00	
	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	5,00	
Итого за Обед	750	24,77	27,6	115,15	803,3		150,00		
Обед	Обед за родительскую плату								
	Суп-пюре овощной	250	2,53	7,6	15,78	147,5	1 016	20,00	
	Гренки из пшеничного хлеба	20	0,59		15,62	80	943	5,00	
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	18,00	
	Квашеная капуста с луком	30		4,8	0,02	28	1 275	15,00	
	Плов с мясом птицы	200	15,48	11,2	36,84	293,3	1 075	75,00	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46		27,49	115,7	928	12,00	
	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	5,00	
Итого за Обед	750	24,77	27,6	115,15	803,3		150,00		
Полдник	Полдник за родительскую плату								
	Слойка с вареной сгущенкой	60	5,85	12	46,29	341,1	677,09	35,00	
	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1	854	10,00	
Итого за Полдник	260	7,21	13	62,29	429,2		45,00		
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН								
	Тефтели рыбные с соусом томатным	200	4,15	12	21,58	368	1 124	45,00	
	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,07	14	53,13	321,1	998	20,00	
	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8	483	8,00	
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	109,6	897	5,00	
	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	5,00	
Итого за Ужин	680	21,99	29	135,77	982,1		83,00		
Итого за день	2 215	72,93	94	416,03	3003,5				

Согласовано
Зам.директора МАОУ "Гимназия № 41"
Л.Н.Скотникова

Утверждаю
Директор ООО "Социальное питание"
М.Б.Некрасова

Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 13 марта 2025 г

Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед) Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
				Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак									
Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК									
		Суфле Рыбка (минтай)	75	8,86	10	7,68	149,2	1 197	55,00
		Пюре картофельное	150	3,31	6	22,17	155	995	30,00
		Маффин	40	0,17		1,18	99,3	450,03	13,00
		Чай ягодный	200	0,1		16	59,9	971	10,00
		Батон	40	3	1	20,56	104,8	693	8,00
Итого за Завтрак			505	15,44	17	67,59	568,2		116,00
Завтрак									
Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ									
		Суфле Рыбка (минтай)	75	8,86	10	7,68	149,2	1 197	55,00
		Пюре картофельное	150	3,31	6	22,17	155	995	30,00
		Маффин	40	0,17		1,18	99,3	450,03	13,00
		Чай ягодный	200	0,1		16	59,9	971	10,00
		Батон	40	3	1	20,56	104,8	693	8,00
Итого за Завтрак			505	15,44	17	67,59	568,2		116,00
Обед									
		Суп с вермишелью	250	1,92	2	17,43	100,8	1 039	25,00
		Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	18,00
		Мясо "Пикантное"	90	13,91	15,7	7,78	335,7	1 336,03	56,00
		Каша гречневая рассыпчатая	150	5,35	5,63	39,35	240,8	998	16,00
		Огурцы соленные	20	0,16		2	11	836	15,00
		Напиток из плодов шиповника	200			25,63	120,6	705	15,00
		Хлеб пшеничный	40	3,28	1	17,4	109,6	897	5,00
Итого за Обед			760	26,93	27,33	109,59	953,7		150,00
Обед									
Обед за родительскую плату									
		Суп с вермишелью	250	1,92	2	17,43	100,8	1 039	25,00
		Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	18,00
		Мясо "Пикантное"	90	13,91	15,7	7,78	335,7	1 336,03	56,00
		Каша гречневая рассыпчатая	150	5,35	5,63	39,35	240,8	998	16,00
		Огурцы соленные	20	0,16		2	11	836	15,00
		Напиток из плодов шиповника	200			25,63	120,6	705	15,00
		Хлеб пшеничный	40	3,28	1	17,4	109,6	897	5,00
Итого за Обед			760	26,93	27,33	109,59	953,7		150,00
Полдник									
Полдник за родительскую плату									
		Ватрушка со сметаной	60	7	11	41,23	269,4	861	25,00
		Компот из свежих плодов	200	0,16		23,88	99,1	390	20,00
Итого за Полдник			260	7,16	11	65,11	368,5		45,00
Ужин									
Дополнительное горячее питание УЖИН									
		Рагу из птицы	200	22,85	9	23,28	261,9	1 071	58,00
		Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	109,6	897	5,00
		Напиток лимонный	200	0,14		19,43	93	699	12,00
		Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	8,00
Итого за Ужин			480	30,67	12	83,51	568,1		83,00
Итого за день			2 005	85,09	75	351,38	2489,9		

Согласовано
Зам.директора МАОУ "Гимназия № 41"
Л.Н.Скотникова



Утверждаю
Директор ООО "Социальное питание"
М.Б.Некрасова

Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 14 марта 2025 г

Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
				Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак									
Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК									
		Макаронные изделия запеченные с сыром	150	13,28	15	32,7	218,3	334	45,00
		Бутерброд с повидлом	60	3,27	1	27,6	155,1	1 046	22,00
		Чай фруктовый	200	0,1		14,97	59,9	971,08	10,00
		Фрукт	100	0		10	47	976,03	39,00
Итого за Завтрак			510	16,65	16	85,27	480,3		116,00
Завтрак									
Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ									
		Макаронные изделия запеченные с сыром	150	13,28	15	32,7	218,3	334	45,00
		Бутерброд с повидлом	60	3,27	1	27,6	155,1	1 046	22,00
		Чай фруктовый	200	0,1		14,97	59,9	971,08	10,00
		Фрукт (яблоко)	100	0		10	47	976,03	39,00
Итого за Завтрак			510	16,65	16	85,27	480,3		116,00
Обед									
		Суп из разных овощей	250	3,40	4	10,86	120,6	1 181	25,00
		Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	18,00
		Свекла отварная с маслом растительным	60	1,89	2	7,19	69,5	20	17,00
		Запеканка картофельная с мясом.	200	12,10	14,3	31,19	403,2	1 100	65,00
		Хлеб ржаной	40	3,40	1	20	103,6	1 148	5,00
		Сок натуральный	200			32	95	707	20,00
Итого за Обед			760	23,10	24,30	101,24	827,1		150,00
Обед									
Обед за родительскую плату									
		Суп из разных овощей	250	3,40	4	10,86	120,6	1181	25,00
		Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	18,00
		Свекла отварная с маслом	60	1,89	2	7,19	69,5	20	17,00
		Запеканка картофельная с мясом.	200	12,10	14,3	31,19	403,2	1 100	65,00
		Хлеб ржаной	40	3,40	1	20	103,6	1 148	5,00
		Сок натуральный	200			32	95	707	20,00
Итого за Обед			760	23,10	24,30	101,24	827,1		150,00
Полдник									
Полдник за родительскую плату									
		Слойка с сыром	100	0,59	1	19,89	88,1	677,06	33,00
		Напиток лимонный	200	0,14		19,43	93	699	12,00
Итого за Полдник			300	0,73	1	39,32	181,1		45,00
Ужин									
Дополнительное горячее питание УЖИН									
		Фрикадельки мясные	75	11,81	10	0,46	140,1	112	53,00
		Рис припущенный с овощами	150	3,54	9	34,05	227,3	990	20,00
		Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	109,6	897	5,00
		Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
Итого за Ужин			465	19,63	21	71,91	540,8		83,00
Итого за день			2 055	63,58	74	295,36	2081,1		