

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ "Созвездие"

Т.Г. Кобзева

" " 2024

УТВЕРЖДЕНО:

" И П "

Батракова О.Е

" " 2024

МЕНЮ

День: Понедельник

Неделя: Вторая

Прием пищи, наименование блюда	1-5 классы выход, гр	Ккал	6-11 классы выход, гр	Ккал
ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК				
Яйцо вареное вкрутую	1 шт	68,6	1 шт	68,6
Каша вязкая молочная из риса и пшена				
Дружба с маслом	200	220,6	250	275,5
Кисель из повидла	200	110,4	200	110,3
Хлеб пшеничный	60	137,8	70	160,8
Итого за прием пищи	524	537,4	584	615,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Печенье	50	202,2	50	202,2
Сок фруктовый (мультифруктовый)	180	118,7	180	118,7
Итого за прием пищи:	230	320,9	230	320,9
ОБЕД				
Помидор соленый	60	8,2	100	13,6
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	130,4	250	163,0
Тефтели из мяса птицы	90	246,3	100	273,7
Макаронные изделия отварные	150	184,3	200	245,7
Компот из изюма	200	88,5	200	88,5
Хлеб пшеничный	50	114,8	50	114,8
Хлеб пеклеванный	70	138,5	70	138,5
Итого за прием пищи:	820	911,0	970	1037,8
ПОЛДНИК				
Пирожок печеный с картофелем	100	300,6	150	450,9
Компот из черной смородины	200	69,4	200	69,4
Итого за прием пищи	300	370,0	350	520,3
УЖИН				
Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным	200/60	466,4	250/60	556,1
Компот из вишни	200	69,4	200	69,4
Хлеб пшеничный	50	114,8	100	229,7
Итого за прием пищи:	510	650,6	610	855,2
Всего за день:		2789,9		3349,5

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ "Созвездие"

Т.Г. Кобзева

2024 г

УТВЕРЖДЕНО:

" И П "

Батракова О.Е

2024 г

МЕНЮ

День: Вторник

Неделя: Вторая

14.01.2025

Прием пищи, наименование блюда	1-5 классы выход, гр	Ккал	6-11 классы выход, гр	Ккал
ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК				
Суп молочный с макаронными изделиями	250	187,7	300	225,2
Бутерброд с повидлом	40/10/50	277,3	40/10/50	277,3
Чай с молоком и с сахаром	200	66,9	200	66,9
Итого за прием пищи:	505	531,9	600	569,4
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Фрукты свежие (яблоко)	200	91,2	200	91,2
Итого за прием пищи:	200	91,2	200	91,2
ОБЕД				
Капуста квашеная	60	24,4	100	40,7
Щи из свежей капусты с картофелем	200	70,4	250	88,0
Котлеты рубленые из птицы	90	232,6	100	258,4
Каша рисовая с овощами	150	224,7	180	269,6
Компот из свежих плодов	200	59,2	200	59,2
Хлеб пшеничный	50	114,8	50	114,8
Хлеб пеклеванный	70	138,5	70	138,5
Итого за прием пищи:	850	864,6	950	969,2
ПОЛДНИК				
Пирожок печеный с капустой	100	308,6	150	462,9
Компот из апельсинов	200	94,0	200	94,0
Итого за прием пищи:	300	402,6	350	556,9
УЖИН				
Свекла отварная	100	40,7	100	40,7
Котлета рыбная Любительская	90	167,10	100	176,3
Картофель отварной с р/м	150	149,2	180	179,0
Чай с сахаром каркаде	200	58,0	200	58,0
Хлеб пшеничный	60	137,8	70	160,8
Итого за прием пищи:	600	552,8	650	614,8
Всего за день:		2443,1		2801,5

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ "Созвездие"

Т.Г. Кобзева

" " 2024 г

УТВЕРЖДЕНО:

" И П "

Батракова О.Е

" " 2024 г

МЕНЮ

День: Среда

Неделя: Вторая

15.01.2025

Прием пищи, наименование блюда	1-5 классы выход, гр	Ккал	6-11 классы выход, гр	Ккал
ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК				
Каша молочная жидкая манная	200	178,7	250	223,4
Бутерброд с сыром	30/10/10	149,9	30/10/10	149,9
Какао с молоком с сахаром	200	108,4	200	108,4
Батон	50	129,5	50	129,5
Итого за прием пищи	500	566,5	550	611,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Булочка Домашняя	50	139,6	50	139,6
Сок фруктовый (ананасовый)	180	90,8	180	90,8
Итого за прием пищи	230	230,4	230	230,4
ОБЕД				
Огурец соленый	60	7,6	100	12,7
Суп из овощей	200	99,0	250	123,8
Плов из птицы	150	353,8	200	471,7
Компот из смеси сухофруктов	200	84,0	200	84,0
Хлеб пшеничный	50	114,8	50	114,8
Хлеб пеклеванный	70	138,5	70	138,5
Итого за прием пищи:	730	797,7	870	945,5
ПОЛДНИК				
Пирожок с яблоками	100	264,9	150	397,4
Напиток лимонный	200	69,5	200	69,5
Итого за прием пищи:	300	334,4	350	466,9
УЖИН				
Запеканка из творога с морковью	200/50	505,4	250/50	606,5
с соусом молочным				
Молоко кипяченое	200	104,8	200	104,8
Хлеб пшеничный	50	114,8	100	229,7
Итого за прием пищи:	500	725,0	600	941,00
Всего за день:		2654,0		3194,9

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ "Созвездие"

Т.Г. Кобзева

2024 г

УТВЕРЖДЕНО:

"И.П."

Батракова

Батракова О.Е

2024 г

МЕНЮ

День: четверг

Неделя: Вторая

16.01.2025

Прием пищи, наименование блюда	1-5 классы выход, гр	Ккал	6-11 классы выход, гр	Ккал
ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК				
Каша пшенная молочная вязкая	200	324,0	250	405,0
Бутерброд с повидлом	40/10/50	277,3	40/10/50	277,3
Яйцо вареное вкрутую	1 шт	68,6	1 шт	68,6
Чай с сахаром	200	58,0	200	58,0
Итого за прием пищи:	564	727,9	614	808,9
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Фрукты свежие (апельсин)	200	83,4	200	83,4
Итого за прием пищи	200	83,4	200	83,4
ОБЕД				
Морковь отварная	60	24,0	100	34,0
Суп с макаронными изделиями	200	96,8	250	121
Рыба тушеная в томате с овощами	90/30	119,5	100/30	128,1
Рис отварной	150	283,3	180	327,3
Сок фруктовый (яблочный)	200	89,2	200	89,2
Хлеб пшеничный	50	114,8	50	114,8
Хлеб пеклеванный	70	138,5	70	138,5
Итого за прием пищи:	850	866,10	980	952,9
ПОЛДНИК				
Пирожок печеный с картофелем	100	300,6	150	450,9
Компот из смеси плодов и ягод	200	130,5	200	130,5
Итого за прием пищи:	300	431,1	350	581,4
УЖИН				
Огурец соленый	100	12,7	100	12,7
Жаркое по-деревенски	150	286,6	200	366,9
Кисель из повидла	200	110,3	200	110,3
Хлеб пшеничный	50	114,8	70	160,8
Хлеб пеклеванный			30	59,4
Итого за прием пищи:	500	524,4	600	710,1
Всего за день:		2632,8		3136,6

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ "Созвездие"

Т.Г. Кобзева

2024 г

УТВЕРЖДЕНО:

" И П "

Батракова О.Е

2024 г

МЕНЮ

День: Пятница

Неделя: Вторая

17.01.2025 г

Прием пищи, наименование блюда

1-5 классы
выход, гр

Ккал

6-11
классы
выход, гр

Ккал

ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК

Каша овсяная молочная вязкая

200

267,4

250,00

334,2

Бутерброд с сыром

30/10/10

149,9

30/10/10

149,9

Кисель из апельсинов

200

138,0

200

138,0

Фрукты свежие (яблоко)

200

91,2

200

91,2

Итого за прием пищи

650

646,5

700

713,3

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Печенье

50

202,2

50

202,2

Напиток из плодов шиповника

180

80,00

180

80,00

Итого за прием пищи

230

282,20

230

282,20

ОБЕД

Капуста квашеная

60

24,4

100

40,7

Щи из свежей капусты с картофелем

200

70,4

250

88,0

Фрикадельки мясные в соусе

90/30

281,5

100/30

296,5

Картофель отварной с р/м

150

149,2

180

179,0

Компот из свежих плодов

200

59,2

200

59,2

Хлеб пшеничный

50

114,8

50

114,8

Хлеб пеклеванный

70

138,5

70

138,5

Итого за прием пищи

850

838,0

980

916,7

ПОЛДНИК

Пирожок с морковью печеный

100

319,5

150

479,3

Компот из вишни

200

69,4

200

69,4

Итого за прием пищи

300

388,9

350

548,7

УЖИН

Лапшевник с творогом с соусом

200/50

364,2

250/50

437,0

молочным (сладким)

Чай с сахаром каркаде

200

58,0

200

58,0

Хлеб пшеничный

50

114,8

100

229,7

Итого за прием пищи:

500

537

600

724,70

Всего за день:

2692,6

3185,6

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ "Созвездие"

Т.Г. Кобзева

2024 г

УТВЕРЖДЕНО:

" И П "

Батракова О.Е

2024 г

МЕНЮ

День: Суббота

Неделя: Вторая

Прием пищи, наименование блюда	1-5 классы выход, гр	Ккал	6-11 классы выход, гр	Ккал
ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК				
Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	100	123,2	100	123,2
Омлет натуральный	150	249,4	200	332,5
Бутерброд с маслом	40/10	158,0	40/10	158,0
Кофейный напиток на молоке	200	136,2	200	136,2
Итого за прием пищи:	500	666,8	550	749,9
ОБЕД				
Огурец соленый	60	7,6	100	12,7
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	130,4	250	163,0
Котлеты	90	240,5	100	303,3
Макаронные изделия отварные	150	184,3	180	221,1
Компот из изюма	200	88,5	200	88,5
Хлеб пшеничный	50	114,8	50	114,8
Хлеб пеклеванный	70	138,5	70	138,5
Итого за прием пищи	820	904,6	950	1041,9
Всего за день		1571,4		1791,8