

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ "Созвездие"

Т.Г. Кобзева

2024

УТВЕРЖДЕНО:

"ИП"

Батракова О.Е

2024

МЕНЮ

День: Понедельник

Неделя: Первая

20.01.2025

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 молочная жидкая манная	200	178,7	250	223,4
Какао с молоком с сахаром	200	108,4	200	108,4
Хлеб пшеничный	60	137,8	70	160,8
Итого за прием пищи	524	493,5	584	561,2
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
Суп картофельный с бобовыми(горох)	200	130,4	250	163,0
Рыба тушеная в томате с овощами	90/30	119,5	100/30	128,1
Рис отварной	150	283,3	180	327,3
Компот из смеси сухофруктов	200	84,0	200	84,0
Хлеб пшеничный	50	114,8	50	114,8
Хлеб пеклеванный	50	98,9	70	138,5
Итого за прием пищи	830	855,3	980	996,4
ПОЛДНИК				
Пирожок печеный с картофелем	100	300,6	150	450,9
Напиток лимонный	200	69,5	200	69,5
Итого за прием пищи	300	370,1	350	520,4
УЖИН				
Фрикадельки мясные в соусе	90/30	281,5	100/30	296,5
Макаронные изделия отварные	150	184,3	200	245,7
Чай с сахаром	200	58	200	58,0
Хлеб пшеничный	30	68,9	70	160,8
Итого за прием пищи	500	592,7	600	761,0
Всего за день		2402,8		2930,2

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ "Созвездие"

Т.Г. Кобзева

2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:

"И П"

Батракова О.Е.

2024 г.

День: вторник

Неделя: первая

МЕНЮ

21.01.2025

Прием пищи, наименование блюда	1-5 классы выход, гр	Ккал	6-11 классы выход, гр	Ккал
ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК				
Каша вязкая молочная рисовая	200	198,0	250	247,5
Бутерброд с сыром	30 10 10	149,9	30 10 10	149,9
Кофейный напиток на молоке	200	136,2	200	136,2
Батон	50	129,5	60	155,4
Итого за прием пищи:	500	613,6	560	689,0
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Печенье	50	202,2	50	202,2
Сок фруктовый (яблочный)	180	80,3	180	80,3
Итого за прием пищи:	230	282,5	230	282,5
ОБЕД				
Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	60	73,9	100	123,2
Суп из овощей	200	99,0	250	123,8
Котлеты	90	240,5	100	303,3
Пюре картофельное	150	144,2	180	173,0
Компот из изюма	200	88,5	200	88,5
Хлеб пшеничный	50	114,8	50	114,8
Хлеб пеклеванный	80	158,3	70	138,5
Итого за прием пищи:	830	919,2	950	1065,1
ПОЛДНИК				
Пирожок с яблоками	100	264,9	150	397,4
Компот из смеси плодов и ягод	200	130,5	200	130,5
Итого за прием пищи	300	395,4	350	527,9
УЖИН				
Лапшевник с творогом с соусом молочным (сладким)	200/50	364,2	270/50	490,9
Чай с сахаром и лимоном	200	60,0	200	60,0
Хлеб пшеничный	50	114,8	80	183,8
Итого за прием пищи	500	539,0	600	734,7
Всего за день:		2749,6		3299,1

СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ "Созвездие"
Т.Г. Кобзева
" " 2024 г

УТВЕРЖДЕНО:
"И.П."
Батракова О.Е.
" " 2024 г

МЕНЮ

День: Среда

Неделя: первая

22.01.2024

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	405,00
Бутерброд с повидлом	40/10/50	277,3	40/10/50	277,3
Чай с молоком и сахаром	200	66,9	200	66,9
Фрукты свежие (яблоко)	200	91,2	200	91,2
Итого за прием пищи	700	759,4	750	840,4
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Булочка	50	185,6	50	185,6
Напиток из плодов шиповника	200	89,0	200	89,0
Итого за прием пищи	250	274,6	250	274,6
ОБЕД				
Помидор соленый	60	8,2	100	13,6
Суп картофельный	200	78,7	250	98,4
Котлеты рубленые из птицы	90	232,6	100	258,4
Рагу из овощей	150	124,8	180	149,8
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:	820	756,8	950	832,7
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				
Котлета рыбная Любительская	90	167,1	100	176,3
Каша рисовая с овощами	150	224,7	200	299,6
Чай с сахаром каркаде	200	58,0	200	58,0
Хлеб пшеничный	60	137,8	70	160,8
Хлеб пеклеванный			30	59,4
Итого за прием пищи:	500	587,6	600	754,1
Всего за день:		2781,0		3528,7

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ "Созвездие"

Т.Г. Кобзева

" " 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:

"И.П."

Батракова О.Е

" " 2024 г.

МЕНЮ

День: Четверг

Неделя: Первая

23.01.2025

Прием пищи, наименование блюда	1-5 классы выход,	Ккал	6-11 классы выход, гр	Ккал
ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК				
Каша молочная жидкая манная	200	178,7	250	223,4
Яйцо вареное вкрутую	1 шт	68,6	1 шт	68,6
Какао с молоком с сахаром	200	108,4	200	108,4
Хлеб пшеничный	60	137,8	70	160,8
Итого за прием пищи:	524	493,5	584	561,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Фрукты свежие (апельсин)	200	83,4	200	83,4
Итого за прием пищи:	200	83,4	200	83,4
ОБЕД				
Огурец соленый	60	7,6	100	12,7
Щи из свежей капусты с картофелем	200	70,4	250	88,0
Фрикадельки мясные в соусе	90/30	281,5	100/30	296,5
Каша гречневая вязкая(гарнир)	150	146,3	180	175,5
Сок фруктовый(мультифруктовый)	200	131,9	200	83,4
Хлеб пшеничный	50	114,8	50	114,8
Хлеб пеклеванный	50	98,9	70	138,5
Итого за прием пищи	830	851,4	980	909,4
ПОЛДНИК				
Пирожок с морковью печеный	100	319,5	150	479,3
Компот из смеси сухофруктов	200	84,0	200	84,0
Итого за прием пищи:	300	403,5	350	563,3
УЖИН				
Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	100	123,2	100	123,2
Макаронник с печенью	150	334,8	200	453,7
Чай с сахаром	200	58,0	200	58,0
Хлеб пшеничный	60	137,8	70	160,8
Хлеб пеклеванный			30	59,4
Итого за прием пищи	510	653,8	600	855,1
Всего за день		2485,6		2972,4

СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ "Созвездие"

Т.Г. Кобзева
" " 202 г

УТВЕРЖДЕНО:
" И П"



Батракова О.Е.
" " 202 г

МЕНЮ

День: Пятница
Неделя: Первая

24.01.2025

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
Кофейный напиток на молоке	200	136,2	200	136,2
Бутерброд с маслом	30/10	135	30/10	135
Хлеб пшеничный	30	68,9	40	91,9
Итого за прием пищи:	520	712,7	580	818,8
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
Печенье	50	202,2	50	202,2
Сок фруктовый (яблочный)	180	80,3	180	80,3
Итого за прием пищи:	230	282,5	230	282,5
ОБЕД				
Морковь отварная	60	24,0	100	34,0
Суп из овощей	200	99,0	250	123,8
Тефтеля(1-ый вариант) с соусом	90/30	208,9	100/30	224,6
Каша пшенная вязкая(гарнир)	150	168,3	180	182,7
Компот из изюма	200	88,50	200	88,50
Хлеб пшеничный	50	114,8	50	114,8
Хлеб пеклеванный	40	79,2	70	138,5
Итого за прием пищи:	820	782,7	980	906,9
ПОЛДНИК				
Булочка домашняя	100	279,2	150	418,8
Компот из смеси плодов и ягод	200	130,5	200	130,5
Итого за прием пищи:	300	409,7	350	549,3
УЖИН				
Помидор соленый	60	8,2	100	13,6
Птица тушеная в соусе с овощами	200	285,9	250	396,6
Чай с сахаром и лимоном	200	60,0	200	60,0
Хлеб пшеничный	40	91,9	60	137,8
Хлеб пеклеванный	30	59,4	60	118,7
Итого за прием пищи:	530	505,37	670	726,68
Всего за день:		2692,9		3284,1

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ "Созвездие"


Т.Г.Кобзева
" " 2024

УТВЕРЖДЕНО:

" И П"


Батракова О.Е.
" " 2024

МЕНЮ

День: Суббота

Неделя: Первая

25.01.2025

Прием пищи, наименование блюда	1-5 классы выход, гр	Ккал	6-11 классы выход, гр	Ккал
ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК				
Каша пшеничная молочная вязкая	200	324,0	250	405,0
Бутерброд с сыром	30 10 10	149,9	30 10 10	149,9
Чай с молоком и с сахаром	200	66,9	200	66,9
Батон	50	129,5	60	155,4
Итого за прием пищи:	500	670,3	560	777,2
ОБЕД				
Капуста квашеная	60	24,4	100	40,7
Суп с макаронными изделиями	200	96,8	250	121,0
Котлеты рубленые из птицы	90	232,6	100	258,4
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	820	815,5	950	911,6
Всего за день:		1485,8		1688,8