

"Согласовано"
Директор школы

ООО "Кавалер"
с 12-18

МЕНЮ

на 29 января 2024 г

А. М. А. Вилкина

Школа №

| Наименование | Выход, г | Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур / | №№ рецептур или технологической карты | Пищевая ценность | | | |
|--|-------------|---|---------------------------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| Каша "Дружба" с маслом сливочным | 200 | 2008 | 190 | 12,06 | 12,97 | 26,84 | 265,16 |
| Бутерброд с сыром | 15/25 | 2008 | 3 | 4,26 | 4,31 | 10,83 | 100,79 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 2008 | 431 | 0,30 | 0,10 | 15,20 | 62,00 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 35 | к/к | к/к | 2,34 | 1,36 | 15,16 | 83,87 |
| Яблоко свежее | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| ИТОГО: | 580 | | | 19,36 | 19,14 | 77,83 | 556,22 |
| Обед | | | | | | | |
| Салат из свеклы отварной с маслом растительным | 120 | 2011 | 52 | 1,68 | 4,80 | 9,90 | 111,36 |
| Суп картофельный с горохом и гречками | 250/20 | 2008 | 99/73 | 4,89 | 3,47 | 16,46 | 154,54 |
| Тефтели из говядины в соусе томатном | 100/50 | 2008 | 283 | 15,73 | 15,45 | 25,20 | 259,62 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 2008 | 323 | 4,20 | 6,86 | 21,29 | 187,20 |
| Сок фруктовый (яблочный) | 200 | 2008 | 442 | 1,00 | 0,20 | 19,17 | 92,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 60 | к/к | к/к | 4,80 | 2,56 | 30,60 | 138,00 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 40 | к/к | к/к | 2,67 | 1,55 | 17,32 | 95,85 |
| ИТОГО за обед: | 1020 | | | 34,97 | 34,89 | 139,94 | 1038,57 |
| Итого за день: | | | | 54,33 | 54,03 | 217,77 | 1594,79 |

Директор ООО "Кавалер"

Калькулятор:

Зав. производством:



"Согласовано"

Директор школы

ООО "Кавалер"

с 12-18

МЕНЮ

на 30 января 2024 г

Школа №

436



| Наименование | Выход, г | Технологическая и нормативная документация / сборник рецептов / | №№ рецептур или технологической карты | Пищевая ценность | | | |
|---|-------------|---|---------------------------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| Запеканка из творога с морковью, с молоком сгущенным | 200/30 | 2011 | 224 | 23,09 | 19,09 | 75,81 | 456,81 |
| Бутерброд с сыром и маслом слив. | 20/25/5 | 2008 | 3 | 5,17 | 9,57 | 10,88 | 151,91 |
| Какао с молоком | 200 | 2008 | 433 | 2,90 | 2,50 | 30,80 | 134,00 |
| Груша свежая | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| ИТОГО: | 580 | | | 31,56 | 31,46 | 127,79 | 789,72 |
| Обед | | | | | | | |
| Салат "Степной" | 100 | 2008 | 30 | 3,60 | 6,20 | 7,80 | 137,00 |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 2008 | 84 | 3,13 | 5,63 | 8,04 | 96,50 |
| Плов из филе птицы | 280 | 2008 | 311 | 16,10 | 17,64 | 35,14 | 368,25 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 2008 | 402 | 0,60 | 0,10 | 23,30 | 92,90 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | к/к | к/к | 4,80 | 2,56 | 30,60 | 138,00 |
| Батон обогащенный микронутриент.. | 40 | к/к | к/к | 2,67 | 1,55 | 17,32 | 95,85 |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 125 | к/к | к/к | 3,91 | 2,50 | 6,64 | 67,97 |
| ИТОГО за обед: | 1055 | | | 34,81 | 36,18 | 128,84 | 996,47 |
| Итого за день: | | | | 66,37 | 67,64 | 256,63 | 1786,19 |

Директор ООО "Кавалер":

Калькулятор:

Зав. производством:



"Согласовано"

Директор школы

ООО "Кавалер"

с 12-18

МЕНЮ

на 31 января 2024 г

Школа № 434

| Наименование | Выход, г | Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур / | №№ рецептур или технологической карты | Пищевая ценность | | | |
|---|-------------|---|---------------------------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с повидлом | 15/25 | 2011 | 2 | 1,72 | 0,97 | 20,58 | 134,91 |
| Омлет с зеленым горошком | 180/20 | 2011 | 233 | 16,45 | 18,00 | 19,79 | 310,59 |
| Кофейный напиток | 200 | 2008 | 432 | 1,50 | 1,30 | 22,40 | 107,00 |
| Батон обогащенный микронутриент.. | 40 | к/к | к/к | 2,67 | 1,55 | 17,32 | 95,85 |
| Яблоко свежее | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| ИТОГО: | 580 | | | 22,74 | 22,22 | 89,89 | 692,75 |
| Обед | | | | | | | |
| Рыба под маринадом | 75/75 | 2008 | 61 | 5,82 | 6,30 | 9,30 | 162,75 |
| Рассольник ленинградский со сметаной | 250/10 | 2008 | 91 | 2,24 | 2,67 | 16,94 | 101,63 |
| Жаркое по-домашнему из свинины | 300 | 2008 | 258 | 17,80 | 22,20 | 26,80 | 532,00 |
| Кисель из кураги | 200 | 2008 | 406 | 0,70 | 0,11 | 37,00 | 150,00 |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 125 | к/к | к/к | 3,91 | 2,50 | 6,64 | 67,97 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | к/к | к/к | 4,80 | 2,56 | 30,60 | 138,00 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 40 | к/к | к/к | 2,67 | 1,55 | 17,32 | 95,85 |
| ИТОГО за обед: | 1135 | | | 37,94 | 37,89 | 144,60 | 1248,20 |
| Итого за день: | | | | 60,68 | 60,11 | 234,49 | 1940,95 |

Директор ООО "Кавалер":

Калькулятор:

Зав. производством:



"Согласовано"

Директор школы

ООО "Кавалер"

с 12-18

МЕНЮ

на 01 февраля 2024 г

Школа № 436

| Наименование | Выход, г | Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур / | №№ рецептур или технологической карты | Пищевая ценность | | | |
|---|-------------|---|---------------------------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром | 15/25 | 2008 | 3 | 4,26 | 4,31 | 10,83 | 100,79 |
| Пудинг из творога с молоком сгущенным | 200/30 | 2008 | 225 | 22,56 | 23,81 | 82,67 | 565,70 |
| Чай с молоком | 200 | 2008 | 433 | 2,89 | 2,45 | 19,45 | 104,00 |
| Апельсин | 100 | к/к | к/к | 0,75 | 0,00 | 7,50 | 38,00 |
| ИТОГО: | 570 | | | 30,46 | 30,57 | 120,45 | 808,49 |
| Обед | | | | | | | |
| Салат витаминный с маслом растительным/ 1-ый вариант/ до 28.02 | | | | | | | |
| с 01.03 салат из квашеной капусты * | 100 | 2008 | 41 | 1,20 | 3,53 | 9,50 | 90,00 |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, курицей и сметаной | 250/5/10 | 2008 | 76 | 4,14 | 7,40 | 11,46 | 96,51 |
| Рыба тушеная в томате с овощами | 100/100 | 2008 | 231 | 15,80 | 10,60 | 8,20 | 206,00 |
| Пюре картофельное | 180 | 2008 | 335 | 3,72 | 6,48 | 24,36 | 169,20 |
| Компот из изюма | 200 | 2008 | 401 | 0,50 | 0,10 | 28,10 | 116,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 60 | к/к | к/к | 4,80 | 2,56 | 30,60 | 138,00 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 40 | к/к | к/к | 2,67 | 1,55 | 17,32 | 95,85 |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 125 | к/к | к/к | 3,91 | 2,50 | 6,64 | 67,97 |
| ИТОГО за обед: | 1170 | | | 32,83 | 32,22 | 129,54 | 979,53 |
| Итого за день: | | | | 63,29 | 62,79 | 249,99 | 1788,02 |

Директор ООО "Кавалер":

Калькулятор:

Зав. производством:



"Согласовано"

Директор школы



МЕНЮ

ООО "Кавалер"

с 12-18

на 02 февраля 2024 г

Школа №

436

| Наименование | Выход, г | Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур / | №№ рецептур или технологической карты | Пищевая ценность | | | |
|---|-------------|---|---------------------------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 200 | 2008 | 189 | 17,03 | 20,10 | 27,90 | 185,20 |
| Бутерброд с джемом и маслом сливочным | 15/5/25 | 2011 | 2 | 2,48 | 0,98 | 27,00 | 148,50 |
| Чай с молоком | 200 | 2008 | 433 | 2,89 | 2,45 | 19,45 | 104,00 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 40 | к/к | к/к | 2,67 | 1,55 | 17,32 | 95,85 |
| Яблоко свежее | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| Пряник | 30 | к/к | к/к | 1,40 | 1,40 | 3,75 | 48,75 |
| ИТОГО: | 615 | | | 26,87 | 26,88 | 105,22 | 626,70 |
| Обед | | | | | | | |
| *Винегрет овощной с сельдью | 100/30 | 2008 | 52 | 4,90 | 11,95 | 7,50 | 207,90 |
| Суп с макаронными изделиями и картофелем | 250 | 2008 | 101 | 2,63 | 2,75 | 19,00 | 92,00 |
| Голубцы ленивые | 300 | 2008 | 306 | 18,60 | 16,10 | 55,35 | 504,00 |
| Сок фруктовый (яблочный) | 200 | 2008 | 442 | 1,00 | 0,20 | 19,17 | 92,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | к/к | к/к | 4,80 | 2,56 | 30,60 | 138,00 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 40 | к/к | к/к | 2,67 | 1,55 | 17,32 | 95,85 |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 125 | к/к | к/к | 3,91 | 2,50 | 6,64 | 67,97 |
| ИТОГО за обед: | 1105 | | | 38,51 | 37,61 | 155,58 | 1197,72 |
| Итого за день: | | | | 65,38 | 64,49 | 260,80 | 1824,42 |

Директор ООО "Кавалер":

Калькулятор:

Зав. производством:



"Согласовано"

Директор школы

ООО "Кавалер"

с 12-18

МЕНЮ

на 03 февраля 2024 г

Школа №

436

М.Н. Волкова



| Наименование | Выход, г | Технологическая и нормативная документация / сборник рецептов / | №№ рецептур или технологической карты | Пищевая ценность | | | |
|---|-------------|---|---------------------------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром | 15/25 | 2008 | 3 | 4,26 | 4,31 | 10,83 | 100,79 |
| Омлет с морковью | 200 | 2012 | 217 | 11,73 | 14,13 | 28,80 | 350,00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 2008 | 431 | 0,30 | 0,10 | 15,20 | 62,00 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 40 | к/к | к/к | 2,67 | 1,55 | 17,32 | 95,85 |
| Апельсин | 100 | к/к | к/к | 0,75 | 0,00 | 7,50 | 38,00 |
| Пряник | 40 | к/к | к/к | 1,90 | 1,90 | 5,00 | 65,00 |
| ИТОГО: | 625 | | | 21,61 | 21,99 | 84,65 | 711,64 |
| Обед | | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты* | 100 | 2008 | 40 | 1,60 | 5,10 | 9,37 | 86,67 |
| Суп из овощей | 250 | 2008 | 95 | 3,00 | 4,20 | 10,20 | 91,00 |
| Рагу из птицы | 280 | 2008 | 309 | 16,80 | 16,24 | 27,04 | 387,20 |
| Кисель из свежих яблок | 200 | 2008 | 405 | 0,20 | 0,20 | 29,90 | 115,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 60 | к/к | к/к | 4,80 | 2,56 | 30,60 | 138,00 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 40 | к/к | к/к | 2,67 | 1,55 | 17,32 | 95,85 |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 125 | к/к | к/к | 3,91 | 2,50 | 6,64 | 67,97 |
| ИТОГО за обед: | 1055 | | | 32,98 | 32,35 | 131,07 | 981,69 |
| Итого за день: | | | | 54,59 | 54,34 | 215,72 | 1693,33 |

Директор ООО "Кавалер"

Калькулятор:

Зав. производством:



С.В. Волкова
М.Н. Волкова