

«Утверждаю»
ИП Яриова Н. В.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 6

на 26 февраля 2024 г.

Горячий завтрак с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушеное	47.60	71-18	15,97	15,64	3,17	204,64	№413-2004
Макароны отварные	150	12-21	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-21	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Кондитерское изделие	36	16-12	2,52	5,52	15,45	120,3	
Итого :		107-70	25,97	25,59	81,21	636,49	

Горячий завтрак с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Мясо тушеное	45.60	68-76	15,97	15,64	3,17	204,64	№413-2004
Макароны отварные	180	14-63	6,18	4,96	43,97	240,96	№ 516-2004
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-21	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Кондитерское изделие	36	16-12	2,52	5,52	15,45	120,3	
Итого :		107-70	27,0	26,42	88,54	676,65	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свеклы с маслом растит	60	5-77	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	10/250/5,5	27-25	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Гуляш из говядины	40.60	59-11	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Картофельное пюре	150	21-09	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 516-2004
Какао на молоке	200	19-22	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	46,81	40,59	90,24	921,37	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание

С.И.С.
В.В.В.

«Утверждаю»
ИП. Яркова Н.В.



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 6
Загваздин С.А.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 27 февраля 2024 г.

Горячий завтрак с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица, в соусе с томатом	67.50	74-59	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	150	20-81	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	20,62	20,56	84,5	586,82	

Горячий завтрак с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица, в соусе с томатом	67.50	74-59	14,15	15,16	16,3	242,87	№405-2013
Рис отварной	150	20-81	4,28	5,1	40,42	227,15	№ 511-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,75	50,75	
Итого :		107-70	20,62	20,56	84,5	586,82	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Артамоша»	60	17-76	3,55	5,77	3,42	47,74	
Суп из овощей с говядиной со сметаной	15/250/10	34-65	6,02	7,9	14,6	155,4	№ 135-2004
Котлеты рубленые запеченные, с соусом томатным	90.30	55-53	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №587-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-18	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,06	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	37,21	37,96	115,83	912,96	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание

«Утверждаю»
ИП Яркова Н. В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 6
Загваздин С.А.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 28 февраля 2024 г.

Горячий завтрак с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	200	81-27	12,5	13,7	36,5	319,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,37	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	14,93	14,0	71,39	466,54	

Горячий завтрак с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	200	81-27	12,5	13,7	36,5	319,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,37	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	14,93	14,0	71,39	466,54	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из моркови с огурцом и яйцом	60	14-25	0,67	6,0	2,99	68,58	№ 24-2004
Суп лапша домашняя с курицей	10/250	22-04	6,4	5,7	10,1	117	№ 148-2004
Жаркое по-домашнему	200	83-13	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Компот из шиповника	200	13-52	0,8	-	29,96	120	№705-2004
Хлеб «Славянский» ржаной	50	5-46	2,75	0,5	16,04	95,0	
Итого :		138-40	28,18	33,75	81,43	749,36	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

С.А. Загваздин
С.А. Загваздин
С.А. Загваздин



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 6

на 29 февраля 2024 г.

Горячий завтрак с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Биточки рубленые из птицы запеченные с соусом	80.30	58-77	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-18	8,78	5,91	45,0	273,06	№587-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	0,0	21,42	83,6	№508-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,37	57,5	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	26,19	21,81	106,61	717,2	

Горячий завтрак с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Биточки рубленые из птицы запеченные с соусом	80.30	58-77	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-18	8,78	5,91	45,0	273,06	№587-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	0,0	21,42	83,6	№508-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,2	0,0	14,37	57,5	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	26,19	21,81	106,61	717,2	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Синьор помидор»	60	8-57	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 22-2013
Солянка из птицы со сметаной	12/250/10	33-33	16,8	15,3	4,82	214,6	№ 158-2004
Гуляш из говядины	40.60	59-11	15,29	11,09	3,61	189,69	№ 437-2004
Макароны отварные	150	12-21	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	19-22	4,98	5,36	22,58	154,34	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	46,9	39,48	90,82	899,3	

Зав. производством:
Калькулятор:
Мед. работник:
Ответственный за питание:

С.С.С.
Е.А.В.

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 6
Загваздин С.А.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 6

на 1 марта 2024 г.

Горячий завтрак с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Минтай запеченный со сметаной и сыром	90	51-73	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	21-09	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Булочка Майская	60	29-90	5,15	2,1	27,0	141,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	33,84	22,14	87,88	686,81	

Горячий завтрак с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Минтай запеченный со сметаной и сыром	90	51-73	21,4	14,5	4,3	233,2	№ 341-2013
Пюре картофельное	150	21-09	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Булочка Майская	60	29-90	5,15	2,1	27,0	141,0	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	33,84	22,14	87,88	686,81	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	60	11-99	1,09	6,05	4,22	76,51	№ 71-2004
Щи с говядиной со сметаной	12/250/10	29-86	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из мяса	200	81-27	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Компот из вишни	200	9-32	0,16	0,0	17,03	66,05	№ 630-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого :		138-40	25,5	28,89	88,75	701,88	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

С.А. Загваздин
С.А. Загваздин
С.А. Загваздин



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

с 26 по 29 февраля 2024 г.

Экспресс завтрак

26.02.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша пшениная вязкая на молоке с маслом сливочным	200/8	32-14	8,32	12,78	37,08	284,44
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	12,57	13,38	68,10	424,93

27.02.2024



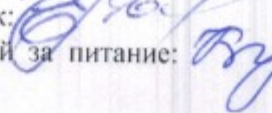
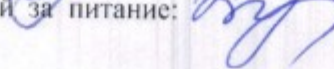
Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Сыр	15	13-88	4,4	4,4	0,0	58,5
Макароньы отварные с соусом	200.30	21-24	7,35	6,23	47,24	276,04
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75
Итого:		40-10	13,98	10,93	67,76	424,28

28.02.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Суп лапша домашняя с курицей	19/250	32-14	6,4	5,7	10,1	117,0
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	10,65	6,3	41,12	257,49

29.02.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Огурцы свежие (подгарнировка)	25	9-47	2,5	2,3	0,1	31,1
Каша гречневая рассыпчатая с соусом	180.30	22-67	8,78	5,91	45,0	273,06
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	15,53	8,81	76,12	444,65

Зав. производством: 
Калькулятор: 
Мед. работник: 
Ответственный за питание: 

«Утверждаю»
ИП Яркова Н. В.



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 6
Загваздин С.А.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 1 марта 2024 г.

Экспресс завтрак

1.03.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Щи с говядиной со сметаной	14/250/10	32-14	7,7	8,54	10,0	138,52
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	11,95	9,14	41,02	279,01

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание: