

«Утверждаю»
ИП Яркова Н. В.

Согласовано
директор МАОУ СОШ № 6
Загваздин С.А.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 4 марта 2024 г.

Горячий завтрак с 7 до 11 лет 1 комплекс


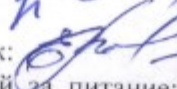
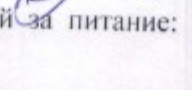

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Каша рисовая жидкая на молоке с маслом сливочным	200.10	39-92	11,0	9,58	49,87	313,6	№302-2004
Кофейный напиток с молоком	200	17-25	4,78	7,7	22,07	151,34	№692-2004
Хлеб ржаной с сыром	23,3/25	23-88	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		107-70	22,92	22,99	89,76	679,44	

Горячий завтрак с 12 лет 1 комплекс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Каша рисовая жидкая на молоке с маслом сливочным	200.10	39-92	11,0	9,58	49,87	313,6	№302-2004
Кофейный напиток с молоком	200	17-25	4,78	7,7	22,07	151,34	№692-2004
Хлеб ржаной с сыром	28/25	23-88	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогуртовый продукт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		107-70	22,92	22,99	89,76	679,44	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	90	17-61	3,55	5,77	3,42	47,74	№ 70-2013
Суп гороховый с говядиной	24/250	41-60	9,18	7,84	22,3	196,92	№ 139-2004
Тефтели 2 вариант с соусом	90/30	49-24	12,86	22,62	14,93	301,13	№462-2004 №587-2004
Пюре картофельное	150	21-99	5,06	5,24	36,06	222,87	№ 520-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	-	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	34,9	42,07	107,73	909,15	

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

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 6

на 4 марта 2024 г.

Горячий завтрак с 7 до 11 лет 2 комплексе

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	46.7/50	68-39	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Макароны отварные	150	12-88	5,15	4,13	36,64	200,08	№516-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,4	0,0	23,0	92	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Итого:		107-70	23,07	15,52	83,77	571,48	

Горячий завтрак с 12 лет 2 комплексе

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Гуляш из говядины	46.7/50	68-39	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Макароны отварные	150	12-88	5,15	4,13	36,64	200,08	№516-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,4	0,0	23,0	92	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Итого:		107-70	23,07	15,52	83,77	571,48	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 5 марта 2024 г.

Горячий завтрак с 7 до 11 лет 1 комплексе

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	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	21-45	0,4	0,0	23,0	92	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	15,13	14,0	80,02	501,04	

Горячий завтрак с 12 лет 1 комплексе

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	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	200	21-45	0,4	0,0	23,0	92	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	15,13	14,0	80,02	501,04	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Овощной»	60	7-28	1,11	3,13	8,94	59,45	ТТК
Щи с говядиной со сметаной	17.2/250/10	37-33	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Котлеты мясные с соусом	90.30	55-62	14,6	17,78	10,39	251,66	№451-2004 №578-2004
Макароны отварные	150	12-88	5,15	4,13	36,64	200,8	№ 516-2004
Какао на молоке	200	19-33	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	37,59	39,54	109,55	906,27	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

S.A. Zagvazdin
S.A. Zagvazdin
S.A. Zagvazdin

«Утверждаю»
ИП Яркова Н.В.

Согласовано
Директор МАГУ СОШ № 6
Загваздин С.А.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 5 марта 2024 г.

Горячий завтрак с 7 до 11 лет 2 комплекс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говяд.	193	74-29	17,56	21,55	22,54	348,78	№436-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,16	0,0	17,03	66,05	№124-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,0	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого:		107=70	19,75	21,85	64,45	523,08	

Горячий завтрак с 12 лет 2 комплекс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему из говяд.	193	74-29	17,56	21,55	22,54	348,78	№436-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,16	0,0	17,03	66,05	№124-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,0	0,0	14,38	57,5	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого:		107=70	19,75	21,85	64,45	523,08	

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

(Handwritten signatures in blue ink)



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

на 6 марта 2024 г.

Горячий завтрак с 7 до 11 лет 1 комплекс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» со сгущ. мол	150/12.4	75-80	13,75	9,87	32,86	207,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Булочка «Майская»	60	29-90	13,89	15,46	34,1	183,3	
Итого:		107-70	27,84	25,33	76,98	429,59	

Горячий завтрак с 12 лет 1 комплекс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» со сгущ. мол	150/12.4	75-80	13,75	9,87	32,86	207,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Булочка «Майская»	60	29-90	13,89	15,46	34,1	183,3	
Итого :		107-70	27,84	25,33	76,98	429,59	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат из свклы с маслом растит.	60	5-26	0,82	5,0	5,0	67,5	ТТК
Рассольник ленинградский с говядиной со сметаной	7,3/250/10	30-12	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Курица (бедро) запеченое	90	72-09	14,6	13,6	0,6	183,2	№494-2004
Каша гречневая	150	15-65	8,78	5,91	45,0	273,06	№ 508-2004
Компот из вишни	200	9-40	0,2	-	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	37,23	33,85	113,12	894,38	

Зав. производством: *[Signature]*
 Калькулятор: *[Signature]*
 Мед. работник: *[Signature]*
 Ответственный за питание: *[Signature]*



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
М е н ю

Горячий завтрак с 7 до 11 лет 2 комплек

Столовая школы № 6

на 6 марта 2024 г.

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	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,0	0,0	14,38	57,5	
Итого:		107-70	14,73	14,0	71,4	466,54	

Горячий завтрак с 12 лет 2 комплек

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	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,0	0,0	14,38	57,5	
Итого:		107-70	14,73	14,0	71,4	466,54	

Зав. производством: *С.С.*

Калькулятор: *С.С.*

Мед. работник: *С.С.*

Ответственный за питание: *С.С.*



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 6

на 7 марта 2024 г.

Горячий завтрак с 1 по 4 класс 1 комплексе



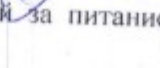

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие	37.6	17-79	0,63	0,3	2,17	38,37	№22-2013
Котлета мясная с соусом	90.30	55-62	14.6	17,78	10.39	251.65	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре	150	21-99	5.06	5,24	36,06	222,87	№259-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого:		107-70	24,54	23,92	91,04	697,99	

Горячий завтрак с 5 по 11 класс 1 комплексе

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ,ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие	37.6	17-79	0,63	0,3	2,17	38,37	№22-2013
Котлета мясная с соусом	90.30	55-62	14.6	17,78	10.39	251.65	№451-2004 №578-2004
Картофельное пюре	150	21-99	5.06	5,24	36,06	222,87	№259-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого:		107-70	24,54	23,92	91,04	697,99	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Салат «Степной»	60	10-78	0,75	9,06	4,66	103,32	№ 25-2004
Борщ с говядиной и сметаной	14/250/10	34-84	7,78	9,44	13,42	156,52	№ 110-2004
Плов из говядины	200	81-61	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром с лимоном	200.15.7	5-21	0,3	0,0	15,2	60,0	№686-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	25,38	32,8	90,78	739,64	

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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 6


Горячий завтрак с 7 до 11 лет 2 комплекс


на 7 марта 2024 г.

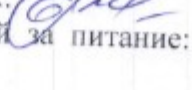
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Минтай запеченный со сметаной и сыром	80.0	46-56	21,4	14,5	4,3	233,2	№341-2013
Пюре картофельное	180	26-26	5,06	5,24	36,06	222,87	№520-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Булка «Майская»	60	29-90	5,15	2,1	27,0	141,0	
Итого:		107-70	33,84	22,14	87,88	686,81	


Горячий завтрак с 12 лет 2 комплекс

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Минтай запеченный со сметаной и сыром	80.0	46-56	21,4	14,5	4,3	233,2	№341-2013
Пюре картофельное	180	26-26	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
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Булка «Майская»	60	29-90	5,15	2,1	27,0	141,0	
Итого:		107-70	33,84	22,14	87,88	686,81	

Зав. производством: 

Калькулятор: 

Мед. работник: 

Ответственный за питание: 

«Утверждаю»
ИП Яркова Н. В.



Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 6
Завваздин С.А.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! М е н ю

Столовая школы № 6

с 4 по 7 марта 2024 г.

Экспресс завтрак

4.03.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша вязкая молочная рисовая с маслом сливочным	200/6,6	32-14	3,0	8,0	31,6	218,0
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	-	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50 *	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6
Итого:		40-10	7,76	8,54	71,44	392,59

5.03.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Макаронны отварные с сыром	150	35-12	8,1	9,3	31,95	250,5
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,28	0,27	14,91	67,8
Итого:		40-10	10,58	9,57	56,88	357,29

6.03.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Рассольник «Ленинградский»	9/250/5	32-14	8,78	8,74	20,1	185,32
Чай с сахаром	200	2-05	0,2	-	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6
Итого:		40-10	13,54	9,28	59,94	359,91

7.03.2024

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Картофель запеченный в сметанном соусе	180	32-14	3,68	5,87	26,28	180,07
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	-	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,56	0,54	29,82	135,6
Итого:		40-10	8,44	6,41	66,12	354,66

Зав. производством:

Калькулятор:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

С.А. Завваздин
С.А. Завваздин
С.А. Завваздин