



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Меню

Столовая школы № 6

на 11 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица тушеная в соусе	40.50	58-53	14,15	15,16	16,3	242,87	№413-2004
Макароны отварные	150	12-88	5,15	4,13	36,64	200,8	№333-2004
Компот из свежих яблок	200	11-86	0,1	0,0	22,7	86,44	№631-2004
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	21,43	19,59	100,52	638,36	

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Курица тушеная в соусе	38.50	55-97	14,15	15,16	16,3	242,87	№413-2004
Макароны отварные	180	15-44	6,18	4,96	43,97	240,96	№333-2004
Компот из свежих яблок	200	11-86	0,1	0,0	22,7	86,44	№631-2004
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	20,46	20,42	107,85	678,52	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша пшеница жидкая на молоке с маслом сливочным	200.10	36-49	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	24/25	24-31	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт 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 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша рисовая жидкая на молоке с маслом сливочным	200.10	36-49	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	24/25	24-31	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт 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 из свеклы с маслом растит.	60	5-26	0,82	5,0	5,0	67,5	ТТК
Суп овощной с говядиной, со смет.	22.250.10	46-61	6,02	7,9	14,6	155,4	№135-2004
Шницель рубленный с соусом	90.30	55-60	14,6	17,78	9,85	251,66	№498-2004 №587-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-65	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Компот из вишни с/м	200	9-32	0,16	0,0	17,03	66,05	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5	
Итого за прием		138-40	34,4	37,19	112,48	915,17	

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



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 6

Загваздин С.А.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Меню

Столовая школы № 6

на 12 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	81-52	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,4	0,0	23,0	92	
Хлеб «Славянский»	25	2-73	1,38	0,25	8,02	47,5	
Итого :		107-70	19,54	21,8	63,38	527,27	

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Жаркое по-домашнему	200	81-52	17,56	21,55	22,34	348,78	№436-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,4	0,0	23,0	92	
Хлеб «Славянский»	25	2-73	1,38	0,25	8,02	47,5	
Итого :		107-70	19,94	21,8	63,38	527,27	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 лет до 11 лет

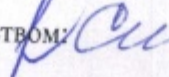
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	200	81-27	12,5	13,7	36,5	319,3	№370-2013
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сок в индивидуальной упаковке	125	21-45	0,4	0,0	23,0	92	
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	15,13	14,0	80,02	501,04	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Плов из говядины	202	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	125	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	15,33	14,0	80,02	501,04	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	30	7-07	0,54	3,03	2,11	38,26	№71-2004
Солянка из птицы со сметаной	21.250.10	56-74	16,08	15,3	4,82	214,6	№158-2004
Гуляш из говядины	38,2/50	56-73	15,29	11,09	3,61	189,69	№437-2004
Макароньы отварные	150	12-88	5,15	4,13	36,64	200,8	№517-2004
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	
Итого за прием		138-40	37,58	39,46	106,32	901,07	

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 13 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	200.3	58-74	20,13	40,65	9,89	265,1	№340-2004
Какао на молоке	200	19-33	4,98	5,36	22,58	154,3	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Йогурт в индивидуальной упаковк.	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		107-70	27,54	46,31	52,77	565,15	

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Омлет натуральный	200.3	58-74	20,13	40,65	9,89	265,1	№340-2004
Какао на молоке	200	19-33	4,98	5,36	22,58	154,3	№693-2004
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Йогурт в индивидуальной упаковк.	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		147-70	27,54	46,31	52,77	565,15	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 лет до 11 лет

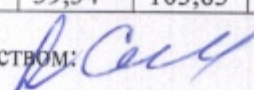
Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» со сгущ.мол.	150.13	75-80	13,75	9,87	32,86	279,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сдоба Майская	60	29-90	8,5	5,5	74,2	380,9	
Итого :		107-70	22,45	15,37	117,08	699,19	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Запеканка «Царская» со сгущ.мол.	150.13	75-80	13,75	9,87	32,86	279,3	10/5-2011
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99	№685-2004
Сдоба Майская	60	29-90	8,5	5,5	74,2	380,9	
Итого :		107-70	22,45	15,37	117,08	699,19	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгарнировка)	19	7-38	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 17-2013
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	10/250/10	33-76	8,78	8,74	20,1	185,52	№ 132-2004
Бкфстроганов из говядины	47.50	73-65	15,99	21,09	5.54	274,78	№423-2004
Каша гречневая рассыпчатая	150	15-65	8,78	5,91	45,0	273,06	№508-2004
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	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	38,43	39,34	103,83	912,22	

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



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

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА! Меню

Столовая школы № 6

на 14 марта 2024 г.

Горячий завтрак 1 комплекс с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгарнировка)	25	9-46	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 17-2013
Биточки рубленые из мяса птицы	90.30	63-95	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре	150	21-99	5,06	5,24	36,06	222,87	№520-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	22,9	24,14	85,47	638,88	

Горячий завтрак 1 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Огурцы свежие (подгарнировка)	13	5-12	0,63	3,0	2,17	38,37	№ 17-2013
Биточки рубленые из мяса птицы	90.30	63-95	14,98	15,6	15,32	252,29	№498-2004 №587-2004
Картофельное пюре	180	26-33	5,06	5,24	36,06	222,87	№520-2004
Компот из вишни	200	9-32	0,2	0,0	21,42	83,6	№511-2013
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75	
Итого :		107-70	22,9	24,14	85,47	638,88	

Горячий завтрак 2 комплекс с 7 до 11 лет

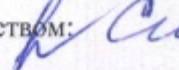
Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша пшенная на молоке с маслом	200.10	36-49	11,0	9,58	49,87	313,6	№302-2004
Кофейный напиток с молоком	200	17-25	4,78	7,7	22,07	151,34	№692-2004
Хлеб ржаной с сыром	29,5/25	27-31	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		107-70	22,92	22,99	90,39	679,44	

Горячий завтрак 2 комплекс с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Каша пшенная на молоке с маслом	200.10	36-49	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	29,5/25	27-31	6,74	5,71	8,02	119,5	
Йогурт в индивидуальной упаковке	95	26-65	0,4	0,0	9,8	95	
Итого :		107-70	22,92	22,99	90,39	679,44	

Горячий обед

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углев.	ЭЦ, ккал	№ рецептуры
Винегрет овощной	64	13-94	1,09	6,05	4,44	76,31	№ 71-2004
Щи с говядиной и сметаной	10/250/10	27-38	7,7	8,54	10,0	138,52	№ 124-2004
Плов из говядины	200	81-80	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 за прием		138-40	25,5	28,89	88,97	701,68	

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

«Утверждаю»
ИП Яркова Н. В.



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



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА Меню

Столовая школы № 6

с 11 по 14 марта 2024 г.

Экспресс завтрак

4.03.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Каша рисова на молоке с маслом	200/7	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	68,1	424,93

5.03.2024

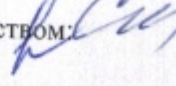
Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Макароны отварные с сыром	150	35-12	8,1	9,3	31,95	250,5
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	25	2-98	2,03	0,3	10,5	50,75
Итого:		40-10	10,33	9,6	52,47	340,24

6.03.2024

Наименование блюда	Выход,гр	Цена	Белки	Жиры	Углев	Ккал
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	9/250/5	32-14	8,78	8,74	20,1	185,52
Чай с сахаром	200	2-00	0,2	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	60	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5
Итого:		40-10	13,03	9,34	51,12	326,01

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	0,0	10,02	38,99
Хлеб «Рябинушка» йодированный	50	5-96	4,05	0,6	21,0	101,5
Яблоко	250	40-00	1,0	1,0	24,5	117,5
Итого:		40-10	7,93	6,47	57,3	320,56

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