

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ КУШВИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 10  
(МАОУ СОШ № 10)**

**09.01.2025**

**ПРИКАЗ**

**№ 6**

**г. Кушва**

**Об утверждении примерного 2-х недельного всевозможного меню для обучающихся  
1-4, 5-11 классов МАОУ СОШ № 10**

В соответствии с СанПиНом 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и в связи с обновлением меню с 09.01.2025 года

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Утвердить примерное 2-х недельное всевозможное меню завтраков, обедов и полдников (Приложение 1):

- для обучающихся 1-4 классов
- для обучающихся 5-11 классов

2. Приказ вступает в силу с 09.01.2025 года

3. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Директор МАОУ СОШ № 10



Т.В.Богаченкова

Приложение №1  
к приказу от 09. 01. 2025 № 6  
об утверждении примерного 2-х недельного  
всесезонного меню для обучающихся МАОУ СОШ №10

УТВЕРЖДЕНО

Управляющий ООО "ОЛЕС"

Васьков Е.Л.



ПРИМЕРНОЕ 2-Х НЕДЕЛЬНОЕ ВСЕСЕЗОННОЕ МЕНЮ ЗАВТРАКОВ, ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4, 5-11 КЛАССОВ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

с 09.01.2025 года

**МЕНЮ 1 НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ**

**1-4 классы**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена	
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг		C,мг
<b>ЗАВТРАК 99,67 р.</b>																			
23/4	Каша молочная пшеница с маслом сливочным 200/10	210	4,28	2,86	4,80	1,65	40,48	228,00	118,78	47,99	179,79	1,32	35,52	39,68	67,62	0,25	0,18	0,5	32,00
6/2	Чай с сахаром и лимоном	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0	0,14	5,04	5,00
5/13	Сыр порционно	20	7,00	7,00	9,00	0,00	0,41	96,00	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0	0,11	25,00
5/13	Яблоко свежее	160	0,95	0,00	0,80	0,80	4,00	40,00	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0	0,11	29,00
7	Батон витаминизированный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	7,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	15	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,67
	<b>Итого за прием</b>	<b>655</b>	<b>16,16</b>	<b>9,92</b>	<b>16,31</b>	<b>4,12</b>	<b>77,34</b>	<b>492,35</b>	<b>530,69</b>	<b>85,81</b>	<b>409,02</b>	<b>3,00</b>	<b>99,32</b>	<b>90,92</b>	<b>140,32</b>	<b>1,68</b>	<b>0,46</b>	<b>5,76</b>	<b>99,67</b>
<b>ОБЕД 124,18 р.</b>																			
3/2	Борщ со сметаной 250/10	260	3,34	0,26	3,61	5,43	13,49	201,36	46,47	22,37	51,92	0,99	9,36	16	227,29	2,52	0,05	11,24	18,00
	Рыба "Аппетитная"	100	12,12	8,69	13,55	0,01	14,78	98,78	19,02	26,61	176,95	0,59	23,42	384	93,28	1,48	0,16	1,36	75,00
60/3	Рис припущенный	150	3,66	0,03	4,76	0,52	38,35	212,57	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	17,96	34,28	0,26	0,04	0	15,00
35/18	Компот из свежих яблок	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	11,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	25	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	2,18
	<b>Итого за прием</b>	<b>765</b>	<b>23,40</b>	<b>9,04</b>	<b>23,71</b>	<b>7,73</b>	<b>105,63</b>	<b>705,00</b>	<b>83,52</b>	<b>90,00</b>	<b>352,96</b>	<b>3,60</b>	<b>64,51</b>	<b>418,20</b>	<b>356,15</b>	<b>5,57</b>	<b>0,39</b>	<b>12,60</b>	<b>124,18</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 99,67 р.</b>																			
43/8	Кура отварная с овощами	100	10,10	10,10	18,28	0,00	0,41	206,49	28,56	15,3	113,53	1,47	0	0	0	0,41	0,11	0	65,00
2/3	Картофель отварной	150	4,83	1,56	4,90	0,65	32,50	235,60	79,57	42,72	134,31	1,48	25,2	43,74	32,94	0,21	0,19	13,24	26,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	15	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,67
	<b>Итого за прием</b>	<b>495</b>	<b>19,21</b>	<b>11,72</b>	<b>24,97</b>	<b>2,42</b>	<b>71,92</b>	<b>597,88</b>	<b>121,44</b>	<b>73,86</b>	<b>297,07</b>	<b>4,45</b>	<b>25,95</b>	<b>43,98</b>	<b>34,24</b>	<b>1,93</b>	<b>0,44</b>	<b>13,24</b>	<b>99,67</b>

**5-11 классы**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена	
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	B	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг		C,мг
<b>ЗАВТРАК 109,99 р</b>																			
23/4	Каша молочная пшеница с маслом сливочным 200/10	210	4,28	2,86	4,80	1,65	40,48	228,00	118,78	47,99	179,79	1,32	35,52	39,68	67,62	0,25	0,18	0,5	32,00
6/2	Чай с сахаром и лимоном	200	0,00	0,00	0,00	0,00	4,16	27,08	93,49	39,32	108,23	1,6	9,6	7,68	17,84	0,02	0,03	0,42	5,00
5/13	Сыр порционно	25	9,00	9,00	11,32	0,00	2,10	114,80	150	8,25	80	0,09	39,6	25,5	39,8	0,06	0	0,06	30,00
5/13	Яблоко свежее	190	0,95	0,00	0,80	0,80	5,60	40,00	150	8,25	90	0,11	31,5	25,5	35,7	0,06	0	0,11	33,00
7	Батон витаминизированный	60	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	8,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99
	<b>Итого за прием</b>	<b>705</b>	<b>18,16</b>	<b>11,92</b>	<b>18,63</b>	<b>4,12</b>	<b>77,66</b>	<b>547,66</b>	<b>525,18</b>	<b>119,65</b>	<b>507,25</b>	<b>4,58</b>	<b>116,97</b>	<b>98,60</b>	<b>162,26</b>	<b>1,70</b>	<b>0,35</b>	<b>1,09</b>	<b>109,99</b>
<b>ОБЕД 139,90 р</b>																			
3/2	Борщ со сметаной 250/10	260	3,34	0,26	3,61	5,43	13,49	201,36	46,47	22,37	51,92	0,99	9,36	16	227,29	2,52	0,05	11,24	18,00
1/7	Рыба "Аппетитная"	110	14,99	10,00	16,89	0,01	17,93	152,00	19,02	26,61	176,95	0,59	23,42	384	93,28	1,48	0,16	1,36	85,00
60/3	Рис припущенный	180	4,40	0,04	5,70	0,60	44,50	273,11	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	17,96	34,28	0,26	0,04	0	18,00
пром	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0	0,01	0	14,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,90
	<b>Итого за прием</b>	<b>800</b>	<b>26,86</b>	<b>10,36</b>	<b>28,01</b>	<b>7,71</b>	<b>120,24</b>	<b>865,73</b>	<b>93,84</b>	<b>94,50</b>	<b>352,96</b>	<b>3,93</b>	<b>64,51</b>	<b>418,20</b>	<b>356,15</b>	<b>5,57</b>	<b>0,40</b>	<b>12,60</b>	<b>139,90</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,99 р</b>																			
43/8	Кура отварная с овощами	110	10,10	10,10	18,28	0,00	0,41	206,49	28,56	15,3	113,53	1,47	0	0	0	0,41	0,11	0	70,00
2/3	Картофель отварной	180	4,83	1,56	4,90	0,65	32,50	193,42	79,57	42,72	134,31	1,48	25,2	43,74	32,94	0,21	0,19	13,24	32,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	0,24	1,3	0,63	0,08	0	1,99
	<b>Итого за прием</b>	<b>530,00</b>	<b>19,21</b>	<b>11,72</b>	<b>24,97</b>	<b>2,42</b>	<b>71,92</b>	<b>592,20</b>	<b>121,44</b>	<b>73,86</b>	<b>297,07</b>	<b>4,45</b>	<b>25,95</b>	<b>43,98</b>	<b>34,24</b>	<b>1,93</b>	<b>0,44</b>	<b>13,24</b>	<b>109,99</b>

**МЕНЮ 1 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ**

1-4 классы		Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины					Цена
№	Наименование блюда		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
																		всего	
<b>ЗАВТРАК 99,67 р.</b>																			
	Горошек зелёный	20	0,10	0,00	0,51	0,47	5,28	19,00	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	14,00	
925	Кнели куриные из филе	90	10,57	10,57	10,25	1,98	1,31	146,00	28,56	15,3	113,53	1,5	0	0,41	0,11	0	64,00		
57/3	Макаронные изделия отварные	150	1,31	0,04	3,77	0,66	30,01	191,21	12,82	7,29	40,56	0,7	12	22,5	0,82	0,06	0	14,00	
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0	0	0	0	0	4,00		
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	2,00		
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,67	
<b>Итого за прием</b>		<b>500</b>	<b>16,16</b>	<b>10,67</b>	<b>15,81</b>	<b>4,41</b>	<b>70,33</b>	<b>492,99</b>	<b>54,69</b>	<b>38,43</b>	<b>203,32</b>	<b>3,71</b>	<b>12,75</b>	<b>23,80</b>	<b>2,54</b>	<b>0,31</b>	<b>0,00</b>	<b>99,67</b>	
<b>ОБЕД 124,18 р.</b>																			
<b>Итого за прием</b>		<b>755,00</b>	<b>24,16</b>	<b>10,58</b>	<b>24,28</b>	<b>5,91</b>	<b>100,51</b>	<b>720,72</b>	<b>133,72</b>	<b>186,75</b>	<b>412,11</b>	<b>8,18</b>	<b>60,88</b>	<b>530,37</b>	<b>3,33</b>	<b>0,44</b>	<b>9,52</b>	<b>124,18</b>	

УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 99,67 р.		Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины					Цена
№	Наименование блюда		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
																		всего	
62/3	Омлет с сыром 150/5	155	9,60	8,60	17,12	0,00	1,34	197,59	52,91	11,34	131,52	1,5	86,89	221,17	0,55	0,05	0,05	78,00	
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0	0	0	0	0	4,00		
	Шанежка с картофелем	75	3,08	0,00	1,20	1,20	27,04	131,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	16,00		
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	1,67		
<b>Итого за прием</b>		<b>450,00</b>	<b>16,11</b>	<b>8,60</b>	<b>19,60</b>	<b>2,50</b>	<b>62,11</b>	<b>454,68</b>	<b>70,91</b>	<b>37,74</b>	<b>199,52</b>	<b>3,12</b>	<b>86,89</b>	<b>221,17</b>	<b>1,91</b>	<b>0,17</b>	<b>0,05</b>	<b>99,67</b>	

5-11 классы		Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины					Цена
№	Наименование блюда		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
																		всего	
<b>ЗАВТРАК 109,99 р.</b>																			
	Горошек зелёный	20	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	19,00	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	14,00	
925	Кнели куриные из филе	100	12,30	9,00	12,90	2,13	2,91	167,00	28,56	15,3	113,53	1,5	0	0,41	0,11	0	67,00		
57/3	Макаронные изделия отварные	180	2,12	0,05	4,53	0,80	39,72	219,00	15,39	8,75	48,67	0,9	14,4	27	0,98	0,08	0	17,00	
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0	0	0	0	0	4,00		
7/1	Хлеб витаминизированный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	16,04	87,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	5,00		
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,99	
<b>Итого за прием</b>		<b>560</b>	<b>18,70</b>	<b>9,11</b>	<b>19,22</b>	<b>4,70</b>	<b>77,64</b>	<b>557,76</b>	<b>57,26</b>	<b>39,89</b>	<b>211,43</b>	<b>3,86</b>	<b>15,15</b>	<b>28,30</b>	<b>2,70</b>	<b>0,33</b>	<b>0,00</b>	<b>109,99</b>	
<b>ОБЕД 139,9 р.</b>																			
29/2	Суп-пюре картофельный с гречками	250	3,20	1,20	4,16	0,30	18,39	90,00	65,96	22,65	70,97	0,7	22,26	357,75	0,3	0,06	9,09	21,00	
7/3	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,14	0,07	0,49	0,04	6,69	36,94	0	0	0	0	0	0	0	0	2,00		
60/2	Котлета "Домашняя"	100	9,99	9,22	12,41	1,16	12,25	189,19	30,59	17,95	103,4	1,5	15,57	128,52	0,99	0,04	0,425	78,00	
16/4	Каша гречневая вязкая	180	9,28	0,03	8,23	2,74	31,10	273,13	13,54	125,81	188,51	4,2	22,3	42,8	0,73	0,19	0	21,00	
	Напиток из шиповника	200	0,20	0,00	0,10	0,00	15,00	84,00	10,72	4,5	0	0,4	0	0	0,01	0	10,00		
7/1	Хлеб витаминизированный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	5,00		
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,90	
<b>Итого за прием</b>		<b>820,00</b>	<b>27,74</b>	<b>10,58</b>	<b>27,10</b>	<b>5,91</b>	<b>108,75</b>	<b>811,04</b>	<b>133,72</b>	<b>186,75</b>	<b>412,11</b>	<b>8,18</b>	<b>60,88</b>	<b>530,37</b>	<b>3,33</b>	<b>0,44</b>	<b>9,52</b>	<b>139,90</b>	

УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,99 р.		Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины					Цена
№	Наименование блюда		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг		
																		всего	
62/3	Омлет с сыром	180/5	12,00	11,00	21,40	0,00	1,67	246,99	52,91	11,34	131,52	1,5	86,89	221,17	0,55	0,05	0,05	85,00	
	Шанежка с картофелем	75	3,08	0,00	1,20	1,20	27,04	131,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	4,00		
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0	0	0	0	0	4,00		
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	16,04	87,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	3,00		
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,99	
<b>Итого за прием</b>		<b>540</b>	<b>19,36</b>	<b>11,06</b>	<b>24,39</b>	<b>2,97</b>	<b>63,72</b>	<b>550,03</b>	<b>75,02</b>	<b>40,38</b>	<b>214,75</b>	<b>3,78</b>	<b>87,64</b>	<b>222,47</b>	<b>2,54</b>	<b>0,25</b>	<b>0,05</b>	<b>109,99</b>	

**МЕНЮ 1 НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ**

**1-4 классы**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>ЗАВТРАК 99,67 р.</b>																		
2443	Пудинг творожный со сгущённым молоком 150/25	175	10,11	6,00	10,27	0,11	15,55	215,99	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	75,35	0,38	0,04	0,21	77,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	4,00	
21/10	Манник	75	4,10	0,00	4,40	1,20	29,00	121,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	14,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	3,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витамин	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	1,67	
<b>Итого за прием</b>		<b>500</b>	<b>18,49</b>	<b>6,06</b>	<b>16,46</b>	<b>3,08</b>	<b>83,56</b>	<b>529,28</b>	<b>150,04</b>	<b>49,62</b>	<b>254,07</b>	<b>2,91</b>	<b>66,13</b>	<b>76,65</b>	<b>2,37</b>	<b>0,24</b>	<b>0,21</b>	<b>99,67</b>
<b>ОБЕД 124,18 р.</b>																		
1356	Суп картофельный с рыбой	250	3,18	0,00	7,12	3,00	17,80	158,14	33,79	33,39	93,21	1,74	0	201,9	2,45	0,17	4,6	35,00
31	Котлета куриная из мяса птицы	90	15,20	6,00	11,32	0,00	11,40	191,23	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	102,04	0,79	0,07	1,16	59,00
57/3	Макаронные изделия отварные	150	1,31	0,04	3,77	0,66	30,01	191,21	12,82	7,29	40,56	0,74	12	22,5	0,82	0,06	0	14,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	3,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витамин	25	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,18
<b>Итого за прием</b>		<b>745</b>	<b>23,62</b>	<b>6,10</b>	<b>23,92</b>	<b>5,33</b>	<b>101,11</b>	<b>705,44</b>	<b>199,00</b>	<b>88,80</b>	<b>378,13</b>	<b>6,79</b>	<b>67,70</b>	<b>327,74</b>	<b>5,37</b>	<b>0,58</b>	<b>10,80</b>	<b>124,18</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 99,67 р.</b>																		
2/9	Бигус с курицей	200	8,00	4,00	9,00	4,00	0,03	66,00	119,65	13,96	11,62	103,61	1,03	12,72	63,18	0,42	8,73	65,00
пром	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0	14,00
	Ватрушка с повидлом	75	7,86	7,37	9,32	6,14	28,22	228,20	69,74	13,88	115,87	0,77	27,69	49,04	3,12	0,06	0,13	16,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	3,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витамин	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,67
<b>Итого за прием</b>		<b>525,00</b>	<b>19,99</b>	<b>11,43</b>	<b>20,13</b>	<b>11,81</b>	<b>72,57</b>	<b>496,96</b>	<b>213,02</b>	<b>48,18</b>	<b>176,72</b>	<b>106,21</b>	<b>29,47</b>	<b>63,06</b>	<b>67,61</b>	<b>0,63</b>	<b>8,86</b>	<b>99,67</b>

**5-11 классы**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>ЗАВТРАК 109,99 р.</b>																		
2443	Пудинг творожный со сгущённым молоком 190/25	215	12,11	6,00	12,33	0,13	24,00	267,90	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	75,35	0,38	0,04	0,21	89,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	4,00	
21/10	Манник	75	4,10	0,00	4,40	1,20	29,00	121,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	14,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	2,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витамин	10	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0,99	
<b>Итого за прием</b>		<b>520,00</b>	<b>20,49</b>	<b>6,06</b>	<b>18,52</b>	<b>3,10</b>	<b>92,01</b>	<b>581,19</b>	<b>150,04</b>	<b>49,62</b>	<b>254,07</b>	<b>2,91</b>	<b>66,13</b>	<b>76,65</b>	<b>2,37</b>	<b>0,24</b>	<b>0,21</b>	<b>109,99</b>
<b>ОБЕД 139,9 р.</b>																		
1356	Суп картофельный с рыбой	250	3,18	0,00	7,12	3,00	17,80	156,14	33,79	33,39	93,21	1,74	0	201,9	2,45	0,17	4,6	35,00
31	Котлета куриная из мяса птицы	100	14,20	6,00	14,50	0,00	19,00	237,00	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	102,04	0,79	0,07	1,16	69,00
57/3	Макаронные изделия отварные	180	6,37	0,05	4,53	0,80	38,89	229,45	15,39	8,75	48,67	0,89	14,4	27	0,98	0,08	0	17,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	5,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,90
<b>Итого за прием</b>		<b>810</b>	<b>27,68</b>	<b>6,11</b>	<b>27,86</b>	<b>5,47</b>	<b>117,59</b>	<b>787,45</b>	<b>194,71</b>	<b>90,26</b>	<b>386,24</b>	<b>6,94</b>	<b>70,10</b>	<b>332,24</b>	<b>5,53</b>	<b>0,60</b>	<b>10,80</b>	<b>139,90</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,99 р.</b>																		
2/9	Бигус с курицей	200	101,09	12,16	12,58	13,12	0,04	2,07	124,95	13,96	11,62	103,61	1,03	12,72	63,18	0,42	8,73	79,00
пром	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0	14,00
	Масло сливочное порционно	10	1,70	1,00	4,44	2,00	15,68	121,00	69,74	13,88	115,87	0,77	27,69	49,04	3,12	0,06	0,13	12,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	3,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витамин	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,99
<b>Итого за прием</b>		<b>460</b>	<b>28,14</b>	<b>20,21</b>	<b>13,08</b>	<b>6,64</b>	<b>78,82</b>	<b>567,54</b>	<b>64,36</b>	<b>98,58</b>	<b>195,74</b>	<b>7,03</b>	<b>29,42</b>	<b>462,29</b>	<b>3,5</b>	<b>0,3</b>	<b>19,69</b>	<b>109,99</b>

**МЕНЮ 1 НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ**

**1-4 классы**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мг	PЭ, мкг	TЭ, мг	B1, мг	C, мг	
<b>ЗАВТРАК 99,67 р.</b>																		
	Фрикадельки куриные из мяса птицы	90	7,34	4,00	9,50	3,35	8,08	143,00	26,81	17,97	92,73	1,32	6,65	28,56	1,75	0,03	3,53	65,00
60/2	Пюре картофельное	150	4,39	0,03	4,97	0,62	23,00	191,20	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	25,00
15/10	Чай с сахаром	200	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,67
	<b>Итого за прием</b>	<b>500</b>	<b>16,07</b>	<b>4,09</b>	<b>16,26</b>	<b>5,74</b>	<b>70,15</b>	<b>491,90</b>	<b>44,84</b>	<b>58,99</b>	<b>216,82</b>	<b>3,34</b>	<b>38,38</b>	<b>64,14</b>	<b>3,32</b>	<b>0,21</b>	<b>3,53</b>	<b>99,67</b>
<b>ОБЕД 124,18 р.</b>																		
	Помидор свежий	50	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	18,00
10/2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной 250/10	260	7,42	0,26	9,86	5,97	32,68	175,24	26,82	31,62	92,92	1,11	9,36	227,76	2,64	0,1	6,98	21,00
4/8	Плов из мяса свинины	200	12,43	10,31	11,62	6,98	24,65	356,13	21,56	44,69	246,87	3,12	0	195,65	3,54	0,08	0,46	70,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0,14	5,04	11,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	16,04	87,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	3,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	10	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,18
	<b>Итого за прием</b>	<b>#####</b>	<b>23,78</b>	<b>10,69</b>	<b>23,70</b>	<b>15,09</b>	<b>100,51</b>	<b>705,67</b>	<b>164,40</b>	<b>100,27</b>	<b>404,25</b>	<b>6,35</b>	<b>10,91</b>	<b>426,01</b>	<b>8,12</b>	<b>0,54</b>	<b>12,48</b>	<b>124,18</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 99,67 р.</b>																		
99	Каша "Дружба" молочная с маслом	200\10	9,12	3,23	8,11	2,17	33,10	224,30	211,9	36,36	27,64	121,24	0,61	10,15	24,46	1,06	2,68	36,00
	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	10,00
пром.	Йогурт	95	3,95	3,95	3,99	0,00	0,00	52,59	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	35,00
	Булочка с маком	100	3,08	0,00	1,20	1,20	27,04	131,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	0	14,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,67
	<b>Итого за прием</b>	<b>735</b>	<b>20,43</b>	<b>7,24</b>	<b>15,09</b>	<b>5,14</b>	<b>99,15</b>	<b>563,95</b>	<b>384,01</b>	<b>73,65</b>	<b>200,87</b>	<b>123,65</b>	<b>32,86</b>	<b>47,15</b>	<b>26,51</b>	<b>1,26</b>	<b>2,79</b>	<b>99,67</b>

**5-11 классы**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мг	PЭ, мкг	TЭ, мг	B1, мг	C, мг	
<b>ЗАВТРАК 109,99 р.</b>																		
	Фрикадельки куриные из мяса птицы	100	9,30	7,61	10,52	3,35	8,75	154,00	26,81	17,97	92,73	1,32	6,65	28,56	1,75	0,03	3,53	68,00
60/2	Пюре картофельное	180	5,10	0,03	6,10	0,62	37,47	237,00	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	30,00
15/10	Чай с лимоном	200	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	16,04	87,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,99
	<b>Итого за прием</b>	<b>550</b>	<b>18,74</b>	<b>7,70</b>	<b>18,41</b>	<b>5,74</b>	<b>81,29</b>	<b>564,68</b>	<b>44,84</b>	<b>58,99</b>	<b>216,82</b>	<b>3,34</b>	<b>38,38</b>	<b>64,14</b>	<b>3,32</b>	<b>0,21</b>	<b>3,53</b>	<b>109,99</b>
<b>ОБЕД 139,9 р.</b>																		
	Помидор свежий	60	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	21,00
4/8	Рассольник "Ленинградский" со сметаной 250/10	260	3,42	0,26	7,08	5,97	22,60	175,24	26,82	31,62	92,92	1,11	9,36	227,76	2,64	0,1	6,98	21,00
20/10	Плов из мяса свинины	220	19,87	11,00	19,20	7,85	34,65	376,00	24,26	50,28	277,73	3,51	0	220,11	3,98	0,09	0,51	82,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0,14	5,04	11,00	
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,90
	<b>Итого за прием</b>	<b>790</b>	<b>27,22</b>	<b>11,38</b>	<b>28,50</b>	<b>15,96</b>	<b>104,43</b>	<b>746,07</b>	<b>167,10</b>	<b>105,86</b>	<b>435,11</b>	<b>6,74</b>	<b>10,91</b>	<b>450,47</b>	<b>8,56</b>	<b>0,55</b>	<b>12,53</b>	<b>139,90</b>
<b>109,99 р.</b>																		
99	Каша "Дружба" молочная с маслом	200\10	9,12	3,23	8,11	2,17	33,10	224,30	211,9	36,36	27,64	121,24	0,61	10,15	24,46	1,06	2,68	36,00
14/10	Напиток из шиповника	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	10,00
пром.	Йогурт	95	3,95	3,95	3,99	0,00	0,00	52,59	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	35,00
	Шанежка с картофелем	100	3,08	0,00	1,20	1,20	27,04	131,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	0	23,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	16,04	87,28	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминиз	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,99
	<b>Итого за прием</b>	<b>790</b>	<b>20,43</b>	<b>7,24</b>	<b>15,09</b>	<b>5,14</b>	<b>95,15</b>	<b>579,93</b>	<b>384,01</b>	<b>73,65</b>	<b>200,87</b>	<b>123,65</b>	<b>32,86</b>	<b>47,15</b>	<b>26,51</b>	<b>1,26</b>	<b>2,79</b>	<b>109,99</b>



**МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ**

УТВЕРЖДЕНО Управляющий ООО "ОЛЕС" Васьков Е.Л.



1-4 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив	всего	в т.ч. раст			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>ЗАВТРАК 99,67 р.</b>																		
12/7	Каша рисовая молочная со сливочным маслом 200/10	210	7,16	3,23	6,40	2,13	39,00	219,70	213,94	36,36	27,64	121,24	0,61	10,15	24,46	1,06	2,68	34,00
-	Масло сливочное порционно	10	0,38	0,38	4,20	0,00	1,20	6,50	1,3	11,28	13,2	23,6	0,5	8,8	11,9	0,9	0,69	12,00
-	Сыр порционно	20	4,60	0,00	4,00	0,00	0,41	78,00	80,00	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	25,00
14/1	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00
7	Батон витаминизированный	50	1,54	0,00	0,60	0,60	10,02	54,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизирова	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,67
про	Чоко пай	30	3,60	1,20	3,80	5,80	13,85	128,00	27	3	74	0,6	14	17	3,12	0,06	0,1	17,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>540,00</b>	<b>18,48</b>	<b>4,87</b>	<b>19,59</b>	<b>9,10</b>	<b>83,45</b>	<b>570,68</b>	<b>335,55</b>	<b>69,12</b>	<b>179,30</b>	<b>147,60</b>	<b>16,61</b>	<b>38,55</b>	<b>41,42</b>	<b>2,24</b>	<b>3,47</b>	<b>99,67</b>
<b>ОБЕД 124,18 р.</b>																		
19/2	Суп картофельный с горохом	250	5,05	0,00	4,95	3,00	17,80	187,56	33,79	33,39	93,21	1,74	0	201,9	2,45	0,17	4,6	20,00
7/3	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,14	0,07	0,49	0,04	6,69	36,94	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,00
11/8	Гуляш из мяса свинины	110	8,84	9,56	11,90	0,04	14,76	98,00	12,77	23,12	185,1	2,67	18,31	31,62	0,52	0,05	0,56	63,00
60/2	Пюре картофельное	150	4,39	0,03	4,97	0,62	29,00	219,00	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	25,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизирова	15	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,18
	<b>Итого за прием</b>	<b>755</b>	<b>23,35</b>	<b>9,72</b>	<b>24,02</b>	<b>5,37</b>	<b>110,15</b>	<b>706,36</b>	<b>163,19</b>	<b>103,01</b>	<b>402,40</b>	<b>6,39</b>	<b>50,09</b>	<b>269,10</b>	<b>4,54</b>	<b>0,54</b>	<b>10,20</b>	<b>124,18</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 99,67 р.</b>																		
925	Филе куриное запечённое с помидоркой	90	11,12	11,12	10,13	1,98	1,31	176,66	28,56	15,3	113,53	1,47	0	0	0,41	0,11	0	76,00
60/3	Рис припущенный	150	3,05	0,03	3,97	0,50	30,90	177,11	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	15,00
15/1	Чай с лимоном	200	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,10	1,10	19,50	7,00	8,7	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизирова	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,67
	<b>Итого за прием</b>	<b>480</b>	<b>18,43</b>	<b>11,21</b>	<b>15,79</b>	<b>4,15</b>	<b>70,74</b>	<b>447,17</b>	<b>46,49</b>	<b>56,32</b>	<b>237,62</b>	<b>3,49</b>	<b>31,73</b>	<b>35,58</b>	<b>1,98</b>	<b>0,29</b>	<b>0,00</b>	<b>99,67</b>
<b>5-11 классы</b>																		
<b>ЗАВТРАК 109,99 р.</b>																		
12/7	Каша рисовая молочная со сливочным м	200/10	7,16	3,23	6,40	2,13	39,00	219,70	213,94	36,36	27,64	121,24	0,61	10,15	24,46	1,06	2,68	34,00
-	Масло сливочное порционно	10	0,38	0,38	4,20	0,00	1,20	6,50	1,3	11,28	13,2	23,6	0,5	8,8	11,9	0,9	0,69	12,00
-	Сыр порционно	20	7,20	0,00	6,12	0,00	1,00	90,04	80,00	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	25,00
14/1	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00
7	Батон витаминизированный	40	1,54	0,00	0,60	0,60	10,02	54,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизирова	10	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	0,99
15/2	Яблоко свежее	160	0,55	0,55	0,55	0,05	7,60	89,50	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15	29,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>730</b>	<b>18,03</b>	<b>4,22</b>	<b>18,46</b>	<b>3,35</b>	<b>77,79</b>	<b>544,22</b>	<b>332,55</b>	<b>79,62</b>	<b>121,80</b>	<b>150,30</b>	<b>2,61</b>	<b>29,05</b>	<b>38,60</b>	<b>2,23</b>	<b>18,37</b>	<b>109,99</b>
<b>ОБЕД 139,9 р.</b>																		
19/2	Суп картофельный с горохом	250	5,05	0,00	4,95	3,00	17,80	187,56	33,79	33,39	93,21	1,74	0	201,9	2,45	0,17	4,6	20,00
7/3	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,14	0,07	0,49	0,04	6,69	36,94	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,00
11/8	Гуляш из мяса свинины	120	22,84	20,84	13,08	0,06	4,14	225,64	19,16	34,68	277,65	4,01	27,46	47,42	0,78	0,07	0,84	69,00
60/2	Пюре картофельное	180	4,39	0,03	5,72	0,62	44,53	255,09	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	30,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизирова	30	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,90
	<b>Итого за прием</b>	<b>840</b>	<b>37,35</b>	<b>21,00</b>	<b>25,95</b>	<b>5,39</b>	<b>115,06</b>	<b>870,09</b>	<b>169,58</b>	<b>114,57</b>	<b>494,95</b>	<b>7,73</b>	<b>59,24</b>	<b>284,90</b>	<b>4,80</b>	<b>0,56</b>	<b>10,48</b>	<b>139,90</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,99 р.</b>																		
925	Филе куриное запечённое с помидоркой	100	12,18	12,18	11,43	2,13	2,18	189,95	28,56	15,3	113,53	1,47	0	0	0,41	0,11	0	82,00
60/3	Рис припущенный	180	3,66	0,03	4,76	0,52	37,11	212,57	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	18,00
15/1	Чай с лимоном	200/5	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизирова	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,99
	<b>Итого за прием</b>	<b>525</b>	<b>20,18</b>	<b>12,27</b>	<b>17,98</b>	<b>4,42</b>	<b>78,36</b>	<b>596,73</b>	<b>46,59</b>	<b>56,32</b>	<b>237,62</b>	<b>3,49</b>	<b>31,73</b>	<b>35,58</b>	<b>1,98</b>	<b>0,29</b>	<b>0,00</b>	<b>109,99</b>

**МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ**

1-4 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>ЗАВТРАК 99,67 р.</b>																		
31	Котлета "Домашняя" свинина/говядина	90	9,89	7,00	10,93	9,00	9,00	121,11	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	102,04	0,79	0,07	1,16	70,00
57/3	Макаронные изделия отварные	150	1,31	0,04	3,77	0,66	30,01	191,21	12,82	7,29	40,56	0,74	12	22,5	0,82	0,06	0	14,00
7	Чай с сахаром и лимоном	200	0,41	0,41	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	5,00
7/2	Батон витаминизированный	60	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	8,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>530</b>	<b>15,54</b>	<b>8,30</b>	<b>16,49</b>	<b>11,43</b>	<b>78,08</b>	<b>506,53</b>	<b>59,75</b>	<b>49,93</b>	<b>284,92</b>	<b>5,09</b>	<b>67,65</b>	<b>125,84</b>	<b>2,92</b>	<b>0,27</b>	<b>1,16</b>	<b>99,67</b>
<b>ОБЕД 124,18 р.</b>																		
10/2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	7,42	3,00	7,08	5,97	22,60	175,24	26,82	31,62	92,92	1,11	9,36	227,76	2,64	0,1	6,98	21,00
16/4	Кнели куриные	90	9,99	9,10	11,12	1,16	11,65	189,19	34,56	17,95	103,4	1,45	15,57	128,52	0,988	0,04	0,425	64,00
пром	Каша гречневая вязкая	150	5,25	5,00	6,70	2,74	19,14	173,98	29,3	125,81	188,51	4,23	22,3	42,8	0,73	0,19	0	16,00
7/1	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0	14,00
7/2	Хлеб витаминизированный	60	3,08	3,08	1,20	1,20	22,97	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	6,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>790</b>	<b>26,79</b>	<b>21,03</b>	<b>26,71</b>	<b>11,54</b>	<b>100,64</b>	<b>777,67</b>	<b>114,31</b>	<b>195,72</b>	<b>434,06</b>	<b>8,62</b>	<b>47,98</b>	<b>400,38</b>	<b>5,67</b>	<b>0,48</b>	<b>7,41</b>	<b>124,18</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 99,67 р.</b>																		
62/3	Омлет с сыром 150/5	155	9,60	8,60	17,12	0,00	1,34	197,59	52,91	11,34	131,52	1,48	86,89	221,17	0,55	0,05	0,05	78,00
6/2	Булочка "Домашняя"	50	6,09	3,61	13,23	0,39	53,00	254,00	39,78	8,19	61,93	0,45	43,9	134,39	0,68	0,03	0,08	12,00
7/1	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0,05	0	0	0,14	5,04	4,00	
7/2	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>500</b>	<b>19,62</b>	<b>12,27</b>	<b>32,06</b>	<b>2,06</b>	<b>86,79</b>	<b>579,94</b>	<b>204,60</b>	<b>40,85</b>	<b>242,68</b>	<b>3,39</b>	<b>131,59</b>	<b>356,86</b>	<b>2,54</b>	<b>0,36</b>	<b>5,17</b>	<b>99,67</b>

5-11 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>ЗАВТРАК 109,99 р.</b>																		
31	Котлета "Домашняя" свинина/говядина	100	11,13	9,00	12,87	5,00	11,98	136,56	33,62	26,8	195,13	2,85	54,9	102,04	0,79	0,07	1,16	78,00
57/3	Макаронные изделия отварные	180	2,37	0,05	4,53	0,80	25,87	229,45	15,39	8,75	48,67	0,89	14,4	27	0,98	0,08	0	17,00
7/1	Напиток из шиповника	200	0,41	0,00	0,08	0,10	13,75	56,43	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	10,00
7/2	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>530</b>	<b>17,84</b>	<b>9,11</b>	<b>19,19</b>	<b>7,57</b>	<b>76,92</b>	<b>560,23</b>	<b>62,32</b>	<b>51,39</b>	<b>293,03</b>	<b>5,24</b>	<b>70,05</b>	<b>130,34</b>	<b>3,08</b>	<b>0,29</b>	<b>1,16</b>	<b>109,99</b>
<b>ОБЕД 139,9 р.</b>																		
10/2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	3,42	0,26	7,08	5,97	22,60	175,24	26,82	31,62	92,92	1,11	9,36	227,76	2,64	0,1	6,98	21,00
16/4	Огурец свежий	30	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	12,00
пром	Кнели куриные	100	10,30	10,30	12,10	1,16	19,30	189,19	38,1	17,95	103,4	1,45	15,57	128,52	0,988	0,04	0,425	67,00
7/1	Каша гречневая вязкая	180	10,30	0,05	8,20	3,00	22,90	273,13	33,2	125,81	188,51	4,23	22,3	42,8	0,73	0,19	0	21,00
7/2	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,37	0	0	0	0,01	0	14,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>810</b>	<b>28,47</b>	<b>10,73</b>	<b>29,80</b>	<b>12,37</b>	<b>119,44</b>	<b>906,80</b>	<b>126,16</b>	<b>198,36</b>	<b>449,29</b>	<b>9,28</b>	<b>48,73</b>	<b>401,68</b>	<b>6,30</b>	<b>0,56</b>	<b>7,41</b>	<b>139,90</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,99 р.</b>																		
62/3	Омлет натуральный	180/5	12,00	11,00	17,22	0,00	22,00	271,30	52,91	11,34	131,52	1,48	86,89	221,17	0,55	0,05	0,05	86,00
6/2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	0,00	0,00	7,13	27,08	99	5,48	0	0,05	0	0	0,14	5,04	7,00	
7/1	Булочка "Домашняя"	50	6,09	3,61	13,23	0,39	53,00	254,00	39,78	8,19	61,93	0,45	43,9	134,39	0,68	0,03	0,08	12,00
7/2	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>524</b>	<b>22,02</b>	<b>14,67</b>	<b>32,16</b>	<b>2,06</b>	<b>107,45</b>	<b>653,65</b>	<b>204,60</b>	<b>40,85</b>	<b>242,68</b>	<b>3,39</b>	<b>131,59</b>	<b>356,86</b>	<b>2,54</b>	<b>0,36</b>	<b>5,17</b>	<b>109,99</b>



**МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ**

**1-4 классы**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>ЗАВТРАК 99,67 р.</b>																		
	Огурец солёный	25	0,54	0,00	0,00	0,10	2,50	10,80	1,00	2,10	2,00	1,20	4,20	3,00	0,60	2,10	12,00	10,00
4/8	Плов из мяса свинины	200	12,43	10,31	11,62	6,98	24,65	356,13	21,56	44,69	246,87	3,12	0	195,65	3,54	0,08	0,46	67,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
	Масло сливочное порционно	10	2,00	3,00	3,28	0,00	0,41	65,00	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	12,00
7	Батон	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,49	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	15	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	0,67
	<b>Итого за прием</b>	<b>500</b>	<b>19,25</b>	<b>13,37</b>	<b>16,69</b>	<b>8,85</b>	<b>67,02</b>	<b>587,71</b>	<b>185,87</b>	<b>70,88</b>	<b>388,10</b>	<b>5,93</b>	<b>36,45</b>	<b>235,65</b>	<b>5,51</b>	<b>2,32</b>	<b>12,57</b>	<b>99,67</b>
<b>ОБЕД 124,18 р.</b>																		
	Суп - лапша с курицей	275	7,98	0,03	6,17	0,47	41,12	251,15	17,83	22,14	57,69	0,89	17,7	249,9	0,37	0,09	7,4	35,00
	Котлета куриная	90	9,10	3,00	10,74	3,74	4,62	151,77	47,04	24,64	154,71	0,62	30	30,72	2,83	0,14	0,89	59,00
3/3	Капуста тушеная	150	4,67	0,83	6,11	0,62	24,13	191,11	47,21	34,31	101,15	1,27	17,64	37,56	0,21	0,14	12,45	17,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	10	1,48	0,00	0,80	0,40	11,10	56,70	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	1,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	15	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,18
	<b>Итого за прием</b>	<b>815</b>	<b>24,08</b>	<b>3,92</b>	<b>24,33</b>	<b>5,70</b>	<b>102,83</b>	<b>707,78</b>	<b>223,99</b>	<b>102,41</b>	<b>362,78</b>	<b>4,24</b>	<b>66,14</b>	<b>319,48</b>	<b>4,72</b>	<b>0,65</b>	<b>25,78</b>	<b>124,18</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 99,67 р.</b>																		
	Пудинг творожный со сгущённым молоком	175	11,28	11,28	10,27	0,11	15,55	215,99	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	75,35	0,38	0,04	0,21	77,00
	Масло сливочное порционно	10	1,70	1,00	4,44	2,00	15,68	121,00	69,74	13,88	115,87	0,77	27,69	49,04	3,12	0,06	0,13	12,00
16/10	Чай с лимоном	200	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,91	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,67
	<b>Итого за прием</b>	<b>445,00</b>	<b>18,63</b>	<b>13,79</b>	<b>17,91</b>	<b>3,88</b>	<b>72,38</b>	<b>519,17</b>	<b>263,78</b>	<b>56,39</b>	<b>375,09</b>	<b>2,92</b>	<b>99,82</b>	<b>136,69</b>	<b>4,81</b>	<b>0,25</b>	<b>0,60</b>	<b>99,67</b>

**5-11 классы**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>ЗАВТРАК 109,99 р.</b>																		
	Огурец солёный	25	0,54	0,00	0,00	0,10	2,50	10,80	1,00	2,10	2,00	1,20	4,20	3,00	0,60	2,10	12,00	10,00
	Плов из мяса свинины	220	13,00	10,31	12,76	6,98	27,00	376,00	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	75,35	0,38	0,04	0,21	79,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	4,00
7	Батон	30	1,20	0,00	0,50	1,20	17,00	38,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	10	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	0,99
	Масло сливочное порционно	10	6,00	0,00	6,12	0,00	1,00	90,04	80,00	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	12,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>495</b>	<b>21,94</b>	<b>10,37</b>	<b>19,97</b>	<b>8,85</b>	<b>66,47</b>	<b>599,32</b>	<b>222,24</b>	<b>46,77</b>	<b>312,07</b>	<b>3,42</b>	<b>101,83</b>	<b>115,35</b>	<b>2,35</b>	<b>2,28</b>	<b>12,32</b>	<b>109,99</b>
<b>ОБЕД 139,9 р.</b>																		
	Суп - лапша с курицей	275	7,98	0,03	6,17	0,47	41,12	251,15	17,83	22,14	57,69	0,89	17,7	249,9	0,37	0,09	7,4	35,00
	Котлета куриная	100	10,00	5,00	12,00	3,74	4,62	187,00	47,04	24,64	154,71	0,62	30	30,72	2,83	0,14	0,89	69,00
3/3	Капуста тушеная	180	5,00	0,83	6,90	0,62	25,00	200,00	47,21	34,31	101,15	1,27	17,64	37,56	0,21	0,14	12,45	20,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	0,00	0,00	16,58	27,08	99	5,48	0	0	0,05	0	0	0,14	5,04	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,90
	<b>Итого за прием</b>	<b>890</b>	<b>26,91</b>	<b>5,92</b>	<b>26,78</b>	<b>6,50</b>	<b>112,64</b>	<b>803,01</b>	<b>223,99</b>	<b>102,41</b>	<b>362,78</b>	<b>4,24</b>	<b>66,14</b>	<b>319,48</b>	<b>4,72</b>	<b>0,65</b>	<b>25,78</b>	<b>139,90</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,99 р.</b>																		
	Пудинг творожный со сгущённым молоком	190/25	18,41	17,43	12,33	0,13	16,26	253,58	127,93	20,58	170,84	0,61	65,38	75,35	0,38	0,04	0,21	99,00
16/10	Чай с лимоном	200	1,72	1,45	1,49	0,10	15,83	80,91	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,99
	<b>Итого за прием</b>	<b>475</b>	<b>24,06</b>	<b>18,94</b>	<b>15,53</b>	<b>1,90</b>	<b>57,41</b>	<b>472,27</b>	<b>194,04</b>	<b>42,51</b>	<b>259,22</b>	<b>2,15</b>	<b>72,13</b>	<b>87,65</b>	<b>1,69</b>	<b>0,19</b>	<b>0,47</b>	<b>109,99</b>

**МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ**

1-4 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>ЗАВТРАК 99,67 р.</b>																		
	Кукуруза	15	0,00	0,06	0,51	0,47	5,18	19,00	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	10,00
62/3	Омлет натуральный 180/5	185	9,60	8,60	13,63	0,00	23,56	197,59	52,91	11,34	131,52	1,5	86,89	221,17	0,55	0,05	0,05	62,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0	4,00
пром.	Чоко пай	30	3,60	1,20	3,80	5,80	13,85	128,00	27	3	74	0,6	14	17	3,12	0,06	0,1	17,00
7/1	Хлеб витаминизированный	50	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,67
	<b>Итого за прием</b>	<b>500</b>	<b>17,48</b>	<b>9,92</b>	<b>19,73</b>	<b>8,04</b>	<b>81,60</b>	<b>500,37</b>	<b>97,33</b>	<b>32,82</b>	<b>269,98</b>	<b>4,24</b>	<b>102,39</b>	<b>240,77</b>	<b>5,61</b>	<b>0,33</b>	<b>0,15</b>	<b>99,67</b>
<b>ОБЕД 124,18 р.</b>																		
	Борщ со свежей капустой со сметаной 250/10	260	2,12	0,35	6,60	5,40	12,94	123,32	37,64	35,99	53,43	2,4	9,37	232,65	2,52	0,04	6,24	18,00
9/6	Огурец соленый	25	0,00	0,00	0,00	0,00	3,03	3,98	92,1	10,2	65,7	0,1	12,6	14,1	0,06	0,02	0,3	10,00
4/8	Жаркое по домашнему	220	16,93	11,95	19,13	0,61	41,84	437,00	19,57	54,69	217,12	2,2	31,86	423,27	0,82	0,36	2,19	76,00
пром.	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,4	0	0	0,01	0	0	14,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	4,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	25	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,18
	<b>Итого за прием</b>	<b>770</b>	<b>23,18</b>	<b>12,36</b>	<b>27,54</b>	<b>7,68</b>	<b>102,13</b>	<b>803,57</b>	<b>172,94</b>	<b>121,22</b>	<b>385,48</b>	<b>6,46</b>	<b>54,58</b>	<b>671,32</b>	<b>4,71</b>	<b>0,57</b>	<b>8,73</b>	<b>124,18</b>

<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 99,67 р.</b>																		
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
1122	Фрикадельки куриные из мяса птицы	90	16,55	16,55	11,32	0,00	11,12	191,23	33,62	26,8	195,13	2,9	54,9	102,04	0,79	0,07	1,16	65,00
16/4	Каша гречневая вязкая	150	9,28	0,03	6,70	2,74	19,14	173,98	13,54	125,81	188,51	4,2	22,3	42,8	0,73	0,19	0	16,00
-	Масло сливочное порционн	10	0,38	0,38	4,20	0,00	1,20	6,50	1,3	11,28	13,2	24	0,5	8,8	11,9	0,9	0,69	12,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,4	0	0	0,01	0	0	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	10	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	1,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	10	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	0,67
	<b>Итого за прием</b>	<b>470</b>	<b>30,34</b>	<b>17,02</b>	<b>24,03</b>	<b>4,41</b>	<b>75,78</b>	<b>574,47</b>	<b>72,09</b>	<b>184,23</b>	<b>446,07</b>	<b>###</b>	<b>78,45</b>	<b>154,94</b>	<b>14,73</b>	<b>1,31</b>	<b>1,85</b>	<b>99,67</b>

<b>5-11 классы</b>																		
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
<b>ЗАВТРАК 109,99 р.</b>																		
	Кукуруза	15	0,00	0,06	0,51	0,47	5,28	19,00	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	10,00
62/3	Омлет натуральный 200/5	185	12,00	11,00	21,40	0,00	31,67	246,99	52,91	11,34	131,52	1,5	86,89	221,17	0,55	0,05	0,05	76,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0	4,00
пром.	Чоко пай	30	3,60	1,20	3,80	5,80	13,85	128,00	27	3	74	0,6	14	17	3,12	0,06	0,1	17,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	2,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	10	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	0,99
	<b>Итого за прием</b>	<b>460</b>	<b>17,52</b>	<b>12,37</b>	<b>20,98</b>	<b>2,46</b>	<b>67,95</b>	<b>533,09</b>	<b>125,12</b>	<b>73,98</b>	<b>240,46</b>	<b>3,3</b>	<b>93,45</b>	<b>253,47</b>	<b>2,25</b>	<b>0,22</b>	<b>10,3</b>	<b>109,99</b>
<b>ОБЕД 139,9 р.</b>																		
	Борщ со свежей капустой со сметаной 250/10	250/10	2,12	0,35	6,60	5,40	12,94	123,32	37,64	35,99	53,43	2,4	9,37	232,65	2,52	0,04	6,24	18,00
9/6	Огурец соленый	25	0,00	0,00	0,00	0,00	16,65	95,22	92,1	10,2	65,7	0,1	12,6	14,1	0,06	0,02	0,3	10,00
4/8	Жаркое по домашнему	250	15,32	11,95	31,47	0,61	41,84	522,58	19,57	54,69	217,12	2,2	31,86	423,27	0,82	0,36	2,19	85,00
	Булочка "Домашняя"	50	5,70	1,20	5,80	5,80	37,00	228,00	27	3	74	0,6	14	17	3,12	0,06	0,1	11,00
пром.	Сок	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,4	0	0	0,01	0	0	14,00
7/1	Хлеб витаминизированный	10	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	1,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	10	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	0,90
	<b>Итого за прием</b>	<b>829</b>	<b>28,44</b>	<b>18,01</b>	<b>24,45</b>	<b>12,52</b>	<b>115,66</b>	<b>811,92</b>	<b>179,65</b>	<b>131,66</b>	<b>412,55</b>	<b>9,2</b>	<b>65,07</b>	<b>314,31</b>	<b>7,96</b>	<b>0,51</b>	<b>65,8</b>	<b>139,90</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,99 р.</b>																		
1122	Фрикадельки куриные из мяса птицы	100	18,65	18,65	12,01	0,00	11,98	201,00	33,62	26,8	195,13	2,9	54,9	102,04	0,79	0,07	1,16	68,00
16/4	Каша гречневая вязкая	180	9,28	0,03	6,70	2,74	22,14	273,13	13,54	125,81	188,51	4,2	22,3	42,8	0,73	0,19	0	21,00
-	Масло сливочное порционн	10	0,38	0,38	4,20	0,00	1,20	6,50	1,3	11,28	13,2	24	0,5	8,8	11,9	0,9	0,69	12,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,20	0,00	0,10	0,00	19,00	101,48	10,72	4,5	0	0,4	0	0	0,01	0	0	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0,68	0,06	0	3,00	
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витами	10	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,7	0,75	1,3	0,63	0,08	0	0,99
	<b>Итого за прием</b>	<b>530</b>	<b>19,98</b>	<b>9,19</b>	<b>19,54</b>	<b>4,52</b>	<b>69,96</b>	<b>551,90</b>	<b>373,15</b>	<b>110,11</b>	<b>419,81</b>	<b>4,2</b>	<b>77,18</b>	<b>122,46</b>	<b>1,64</b>	<b>0,33</b>	<b>1,02</b>	<b>109,99</b>

**МЕНЮ 2 НЕДЕЛЯ 5 ДЕНЬ**

1-4 классы

УТВЕРЖДЕНО Управляющий ООО  
"ОЛЕС" Васьков Е.Л.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>ЗАВТРАК 99,67 р.</b>																		
2/4	Каша молочная гречневая с маслом сливочным 200/10	210	7,16	3,23	6,40	2,13	39,00	219,70	213,94	36,36	27,64	121,24	0,61	10,15	24,46	1,06	2,68	35,00
-	Масло сливочное порционно	10	0,38	0,38	4,20	0,00	1,20	6,50	1,3	11,28	13,2	23,6	0,5	8,8	11,9	0,9	0,69	12,00
	Какао с молоком	200	2,78	0,00	3,00	0,01	10,40	124,00	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	16,00
пром	Йогурт	95	3,95	3,95	3,99	0,00	15,00	52,59	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	30,00
7	Батон витаминизированный	40	2,00	0,00	1,00	1,20	12,00	49,00	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,67
	<b>Итого за прием</b>	<b>575</b>	<b>17,12</b>	<b>7,62</b>	<b>19,10</b>	<b>3,81</b>	<b>82,88</b>	<b>481,76</b>	<b>378,55</b>	<b>71,73</b>	<b>180,07</b>	<b>146,45</b>	<b>33,36</b>	<b>55,95</b>	<b>37,73</b>	<b>2,10</b>	<b>3,48</b>	<b>99,67</b>
<b>ОБЕД 124,18 р.</b>																		
15/2	Суп из разных овощей со сметаной 250/10	260	2,07	0,27	6,19	5,47	8,56	121,67	28,1	20,24	51,89	0,72	6,24	225,21	2,47	0,07	8,86	18,00
	Котлета "Домашняя"	90	12,58	9,22	11,12	1,16	11,65	189,19	30,59	17,95	103,4	1,45	15,57	128,52	0,988	0,04	0,425	66,00
60/3	Пюре картофельное	150	4,39	0,03	4,97	0,62	41,56	202,00	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	25,00
35/18	Компот из свежих яблок	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	15	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,18
	<b>Итого за прием</b>	<b>745</b>	<b>23,32</b>	<b>9,58</b>	<b>24,07</b>	<b>9,02</b>	<b>100,78</b>	<b>705,15</b>	<b>76,72</b>	<b>79,21</b>	<b>279,38</b>	<b>4,19</b>	<b>53,54</b>	<b>389,31</b>	<b>5,03</b>	<b>0,29</b>	<b>9,29</b>	<b>124,18</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 99,67 р.</b>																		
12/7	Каша рисовая молочная со сливочным маслом 200/10	210	6,11	3,23	7,69	2,13	33,12	236,90	213,94	36,36	27,64	121,24	0,61	10,15	24,46	1,06	2,68	34,00
5/13	Сыр порционно	20	9,00	9,00	11,32	0,00	2,10	114,80	150	8,25	80	0,09	39,6	39,8	0,06	0	0,06	25,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00
5/13	Яблоко свежее	190	0,95	0,00	0,80	0,80	5,60	40,00	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	33,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,67
	<b>Итого за прием</b>	<b>660</b>	<b>20,34</b>	<b>12,29</b>	<b>21,60</b>	<b>4,70</b>	<b>79,83</b>	<b>547,48</b>	<b>527,25</b>	<b>68,70</b>	<b>246,87</b>	<b>122,94</b>	<b>72,46</b>	<b>86,95</b>	<b>25,89</b>	<b>1,20</b>	<b>2,85</b>	<b>99,67</b>

5-11 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Цена
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг	
<b>ЗАВТРАК 109,99 р.</b>																		
2/4	Каша молочная гречневая с маслом сливочным 200/10	210	7,16	3,23	6,40	2,13	39,00	219,70	213,94	36,36	27,64	121,24	0,61	10,15	24,46	1,06	2,68	35,00
5/13	Сыр порционно	20	9,00	9,00	11,32	0,00	2,10	114,80	150	8,25	80	0,09	39,6	39,8	0,06	0	0,06	25,00
	Какао с молоком	200	2,78	0,00	3,00	0,01	10,40	124,00	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	16,00
пром	Йогурт	95	3,95	3,95	3,99	0,00	15,00	52,59	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	30,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	10	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	0,99
	<b>Итого за прием</b>	<b>555</b>	<b>25,97</b>	<b>16,18</b>	<b>25,91</b>	<b>3,34</b>	<b>86,54</b>	<b>582,39</b>	<b>523,14</b>	<b>66,06</b>	<b>231,64</b>	<b>122,28</b>	<b>71,71</b>	<b>85,65</b>	<b>25,26</b>	<b>1,12</b>	<b>2,85</b>	<b>109,99</b>
<b>ОБЕД 139,9 р.</b>																		
15/2	Суп из разных овощей со сметаной	250/10	2,07	0,27	6,19	5,47	8,56	121,67	28,1	20,24	51,89	0,72	6,24	225,21	2,47	0,07	8,86	18,00
	Котлета "Домашняя"	100	16,10	9,22	13,00	1,16	11,65	191,00	30,59	17,95	103,4	1,45	15,57	128,52	0,988	0,04	0,425	78,00
60/3	Пюре картофельное	180	5,20	0,03	5,72	0,62	44,53	255,09	4,72	25,18	74,86	0,52	30,98	34,28	0,26	0,04	0	30,00
35/18	Компот из свежих яблок	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	107,81	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	11,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	10	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	2,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>904</b>	<b>27,65</b>	<b>9,58</b>	<b>26,70</b>	<b>9,02</b>	<b>103,75</b>	<b>760,05</b>	<b>76,72</b>	<b>79,21</b>	<b>279,38</b>	<b>4,19</b>	<b>53,54</b>	<b>389,31</b>	<b>5,03</b>	<b>0,29</b>	<b>9,29</b>	<b>139,90</b>
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК 109,99 р.</b>																		
12/7	Каша рисовая молочная со сливочным маслом 200/10	210	6,11	3,23	7,69	2,13	33,12	236,90	213,94	36,36	27,64	121,24	0,61	10,15	24,46	1,06	2,68	34,00
5/13	Сыр порционно	20	9,00	9,00	11,32	0,00	2,10	114,80	150	8,25	80	0,09	39,6	39,8	0,06	0	0,06	25,00
15/3	Масло сливочное порционно	10	0,38	0,38	4,20	0,00	1,20	6,50	1,3	11,28	13,2	23,6	0,5	8,8	11,9	0,9	0,69	12,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,00	0,08	0,10	13,69	54,51	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	4,00
5/13	Яблоко свежее	190	0,95	0,00	0,80	0,80	5,60	40,00	150	8,25	90	0,11	31,5	35,7	0,06	0	0,11	33,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	0,00	1,20	1,20	20,04	71,30	8,8	13,2	34	0,8	0	0	0,68	0,06	0	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	10	0,85	0,06	0,51	0,47	5,28	29,97	4,11	2,64	15,23	0,66	0,75	1,3	0,63	0,08	0	1,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>627</b>	<b>19,98</b>	<b>9,19</b>	<b>19,54</b>	<b>4,52</b>	<b>69,96</b>	<b>551,90</b>	<b>373,15</b>	<b>110,11</b>	<b>419,81</b>	<b>4,16</b>	<b>77,18</b>	<b>122,46</b>	<b>1,64</b>	<b>0,33</b>	<b>1,02</b>	<b>109,99</b>