



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов в общеобразовательных организациях
" " 2025г.

Дни/неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		B1	C	A(мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
ПЕДЕЛЯ 1															
Понедельник 1															
Горячее питание															
54-1г	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,11	39	0,05	132	75	5,3	0,15	23,14
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная с маслом	200	8,6	11,3	34,3	272,8	0,21	0,52	40,2	0,17	139	233	63	1,85	40,59
пром	Фрукт(мандарин)***	80	0,64	0,16	9,2	30,4	0,06	38	8	0,02	28	13,6	8,8	0,08	49,55
54-2г	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	6,45
пром	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,09	0	0,14	56,25	0	0	1,62	3,39
пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,1	0,1	0	0,084	18,25	0	0	0,7	1,88
	Итого (завтрак)	565	18,04	16,56	80,5	532	0,56	38,86	87,5	0,474	378	328,8	80,9	5,13	125,00
Горячее питание															
67	Винегрет овощной	60	0,76	4,11	4,01	56,07	0,01	2,26	72,9	0	12	21	9,7	0,4	12,86
54-11м	Плов из отварной курицы	200	15,30	14,70	38,60	347,90	0,07	0,72	262	0,12	20	193	44	2,2	92,03
54-1хп	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	0	0,02	15	0	50	4,3	2,1	0,09	15,59
пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	0	0	1,08	2,26
пром	Хлеб ржаной	30	2,00	0,40	10,00	51,20	0,12	0,12	0	0,1	21,9	0	0	0,84	2,26
	Итого (обед)	520	20,86	19,46	87,16	606,47	0,32	3,18	349,9	0,31	141,4	218,3	55,8	4,61	125,00
	Итого за день:	1085	38,90	36,02	167,66	1138,47	0,88	42,04	437,4	0,78	519,4	547,1	136,7	9,74	

Овощи свежие***- допускается использование любых овощей.

Фрукт***- допускается выдача любых фруктов.



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
" " 2025г.

День/неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				стоимость
			Б	Ж	У		B1	С	A(мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Вторник 1															
Горячее питание															
54-6г	Рис отварной с маслом	150	3,70	4,80	36,50	203,50	0,03	0	18,4	0,03	6,9	73	24	0,49	36,42
11г-ф пром	Котлета куриная	50	9,60	2,13	6,73	84,30	0,03	0,31	3,15	0,04	14,70	72,00	32,00	0,69	69,18
54-3 соус	Соус красный основной	35	1,20	0,84	3,12	24,77	0,01	0,94	44,80	0,00	3,22	8,40	4,20	0,18	9,18
54-2г	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	6,45
пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	0	0	1,08	2,26
пром	Хлеб ржаной	20	1,33	0,27	6,70	34,13	0,1	0,08	0	0,07	14,6	0	0	0,56	1,51
	Итого (завтрак)	485	18,33	8,29	74,30	443,80	0,29	1,43	66,65	0,24	81,42	160,60	64,00	3,73	125,00
Горячее питание															
6	Салат из моркови с сахаром	60	0,68	6,06	5,44	79,60	0,03	1,85	0,00	0,04	14,31	0,00	0,00	0,38	11,35
54-1г	Макароны отварные с маслом	150	5,40	4,90	32,80	196,80	0,06	0,00	18,40	0,03	12,00	41,00	7,20	0,73	17,67
22г-ф пром	Шницель из говядины	75	13,70	13,10	12,40	221,30	0,05	0,09	16,60	0,12	30,00	138,00	20,00	1,94	71,93
54-3 соус	Соус красный основной	35	1,20	0,84	3,12	24,77	0,01	0,94	44,80	0,00	3,22	8,40	4,20	0,18	9,18
54-3гг	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,90	0,00	1,16	0,38	0,01	6,90	8,50	4,60	0,77	9,58
пром	Хлеб ржаной	20	1,33	0,27	6,70	34,13	0,1	0,08	0	0,07	14,6	0	0	0,56	1,51
пром	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,42	24,58	117,20	0,20	0,20	0,00	0,15	62,50	64,50	20,50	1,80	3,78
	Итого (обед)	590	26,44	25,59	91,74	701,70	0,45	4,32	80,18	0,42	143,53	260,40	56,50	6,36	125,00
	Итого за день:	1075	44,77	33,88	166,04	1145,50	0,74	5,75	146,83	0,66	224,95	421,00	120,50	10,09	

Овощи свежие** допускается использование иных овощей

Утверждаю ООО "СИТИ-ПРО"
Директор: _____
М.П. _____



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
" " 2025г.

День/ неделя	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимость
№ рецеп.			Б	Ж	У		B1	C	A(мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Среда-1															
Горячее питание															
54-20з	Горошек зеленый	40	0.66	0.07	2.32	12.60	0.04	2.4	12	0.012	7	21.4	7.4	0.26	18.54
20б	Макароны запеченные с яйцом	200	9.72	12.85	36.72	301.43	0.12	2.13	0	0.45	179.55	0	0	1.29	94.36
54-2г	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.5	26.8	0	0.04	0.3	0.01	4.5	7.2	3.8	0.73	6.45
пром	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.4	22.1	105.5	0.18	0.09	0	0.14	56.25	0	0	1.62	3.39
пром	Хлеб ржаной	30	2.00	0.40	10.00	51.20	0.12	0.12	0	0.1	21.9	0	0	0.84	2.26
	Итого (завтрак)	515	15.98	13.72	77.64	497.53	0.46	4.78	12.3	0.712	269.2	28.6	11.2	4.74	125.00
Горячее питание															
49	Салат "Витаминный"	60	0.65	4.14	5.72	62.74	0.02	5.27	0.00	0.02	11.64	18.46	10.92	0.63	14.08
54-11г	Картофельное пюре	150	3.20	3.99	22.38	138.23	0.12	10.20	23.80	0.11	39.00	84.00	28.00	1.03	36.35
354	Рыба тушеная(минтай) с овощами	90	9.54	5.14	4.29	101.54	0.06	2.05	0.00	0.06	25.81	0.00	0.00	0.45	53.33
54-1хп	Компот из смеси сухофруктов	200	0.50	0.00	19.80	81.00	0	0.02	15	0	50	4.3	2.1	0.09	15.59
пром	Хлеб пшеничный	40	3.06	0.33	19.70	93.73	0.16	0.08	0	0.12	50	0	0	1.44	3.01
пром	Хлеб ржаной	35	2.30	0.47	11.70	59.73	0.18	0.14	0.00	0.12	25.55	65.63	14.00	0.99	2.64
	Итого(обед)	575	19.25	14.07	83.59	536.97	0.54	17.76	38.80	0.43	202.00	172.39	55.02	4.63	125.00
	Итого за день:	1090	35.23	27.79	161.23	1034.50	1.00	22.54	51.10	1.14	471.20	200.99	66.22	9.37	

Овощи свежие** допускается использование любых овощей



Утверждаю: ООФ "СНТИ-ПРО"
 Директор Подолынина К.В.
 М.П.



Утверждаю
 Директор МОУ СОШ
 М.П.

МЕНЮ
 по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
 " " 2025г.

День/неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
ПЕДЕЛЯ I															
Четверг -I															
Горячее питание															
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3.5	4.4	0	53,8	0,01	0,11	39	0,05	132	75	5,3	0.15	23.14
54-16к	Каппа "Дружба" с маслом	200	5.00	5.80	27.10	180.60	0,07	0.53	27,2	0.12	116	124	27	0.53	39.68
54-21гн	Какао с молоком	200	3.98	3.16	17.44	115.49	0.04	0.68	17,3	0.17	143	130	34	1.09	17.23
пром	Фрукт (яблоко)*****	80	0.32	0.32	7.84	35.20	0.02	8	0	0.02	14	13.6	8.8	2	40.81
пром	Хлеб пшеничный	30	2.30	0.25	14.75	70.30	0.12	0.06	0	0.09	37.5	0	0	1.08	2.26
пром	Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	8.4	42.7	0.1	0.1	0	0.084	18.25	0	0	0.7	1.88
	Итого (завтрак)	550	16.80	14.23	75.53	498.09	0.36	9.48	83.5	0.534	460.75	342.6	75.1	5.55	125.00
Горячее питание															
67	Витерет овощной	60	0.76	4.11	4.01	56.07	0.01	2.26	72.9	0	12	21	9.7	0.4	12.86
54-6г	Рис отварной с маслом	150	3.70	4.80	36.50	203.50	0.03	0	18.4	0.03	6.9	73	24	0.49	36.42
13и/ф пром	Биточек из курицы	75	11.13	8.20	10.10	158.72	0.05	0.47	4.72	0.06	22	108	48	1.03	59.98
54-2хп	Компот из кураги	200	1.00	0.10	15.70	67.70	0.01	0.32	70	0.03	28	25	18	0.58	11.22
пром	Хлеб пшеничный	30	2.30	0.25	14.75	70.30	0.12	0.06	0	0.09	37.5	0	0	1.08	2.26
пром	Хлеб ржаной	30	2.00	0.40	10.00	51.20	0.12	0.12	0	0.1	21.9	0	0	0.84	2.26
	Итого(обед)	545	20.89	17.86	91.06	607.49	0.34	3.23	166.02	0.31	128.3	227	99.7	4.42	125.00
	Итого за день:	1095	37.69	32.09	166.59	1105.58	0.7	12.71	249.52	0.844	589.05	569.6	174.8	9.97	

Овощи свежие** допускается использование иных овощей.

Фрукт*** - допускается выдача иных фруктов.

Утверждено ООО "СИТИ-ПРО"
Директор: _____
М.П. _____



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций
" " " 2025г.

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Стоимости
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Мg	Fe	
ПЕДЕЛЯ I															
Пятница-1															
Горячее питание															
54-11г	Картофельное пюре	150	3,20	3,99	22,38	138,23	0,12	10,20	23,80	0,11	39,00	84,00	28,00	1,03	36,35
14н/ф пром	Гедфели из говядины	50	6,83	5,90	4,20	97,22	0,03	0,66	4,05	0,042	9,2	70	70	1	55,36
54-4гн	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	50,90	0,01	0,3	6,9	0,07	57	46	9,9	0,77	13,52
пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	0	0	1,08	2,26
пром	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,1	0,1	0	0,084	18,25	0	0	0,7	1,88
пром	Кондитерское изделие	20	1,5	1,96	14,88	83,4	0,02	0	0	0,01	7	3	2,6	0,5	15,63
	Итого (завтрак)	475	17,13	13,50	73,31	482,75	0,40	11,32	34,75	0,41	167,95	203,00	110,50	5,08	125,00
Горячее питание															
23 пром	Икра кабачковая	60	0,80	3,20	10,00	72,00	0,01	7,42	10,1	0,02	18	18	10	0,46	16,70
54-4г	Капа гречневая рассыпчатая	150	8,10	6,30	36,00	233,10	0,21	0	19,2	0,12	15	181	120	4,04	18,26
54-1гн	Бефстроганов из отварной курицы	60	8,05	7,10	7,00	124,10	0,02	0,27	64,3	0,075	18	90,75	12	1,22	63,97
54-3 соус	Соус красный основной	35	1,20	0,84	3,12	24,77	0,01	0,94	44,80	0,00	3,22	8,40	4,20	0,18	9,18
54-13хн	Паштет из индюшника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	0,01	80,00	98,00	0,05	11,00	3,00	3,00	0,54	13,12
пром	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	0	0	1,08	2,26
пром	Хлеб ржаной	20	1,33	0,27	6,70	34,13	0,1	0,08	0	0,07	14,6	0	0	0,56	1,51
	Итого (обед)	555	22,38	18,16	92,77	623,70	0,48	88,77	236,4	0,425	117,32	301,15	149,2	8,08	125,00
	Итого за день:	1030	39,51	31,66	166,01	1106,45	0,88	0,88	271,15	0,84	285,27	504,15	259,7	13,16	

Овощи свежие***- допускается использование иных овощей