

"УТВЕРЖДАЮ"



Шашенкова Л.Н.

Директор школы

"СОГЛАСОВАНО"



МЕНЮ
12 МАЯ 2025 год

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценност ь, ккал	№ рецеп- туры
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	100	10,00	1,0	2,9	5,2	51,9	45
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	100	90,00	17,2	18,5	2,5	245,2	246
РИС ОТВАРНОЙ	150	180	10,00	3,6	5,9	38,5	222	304
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	200/15/7	7,00	0,2	0	15,0	61,6	377
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	50	3,00	2	0,3	12,7	61,2	
Итого за прием пищи:	562	652	120,00	24,0	27,6	73,9	641,9	
Обед								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	100	15,00	0,8	3,6	2,9	48,6	23
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	250	7,00	2,4	2,4	15,3	92,1	101
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	90	100	29,00	9,5	11,4	10,3	185,0	268
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	180/5	11,00	5,6	4,7	35,9	208,5	203
СОУС ТОМАТНЫЙ 783	50	50	3,00	0,5	2,4	3,4	37,6	783
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	200	7,00	0	0	15,5	61,9	349
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	795	945	75,00	21,4	24,9	100,3	715,3	
Полдник								
ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ С САХАРОМ	200	200	10,00	1,4	0,3	43,0	188,7	339
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	200	10,00	5,9	5,1	9,8	110,5	385
Итого за прием пищи:	400	400	20,00	7,3	5,4	52,8	299,2	
Всего за день:			215,00	52,7	57,9	227,0	1656,4	

Зав. производством

"УТВЕРЖДАЮ"

Л.Н. Шашенкова

Шашенкова Л.Н.

Директор школы

"СОГЛАСОВАНО"

Л.Н. Шашенкова



МЕНЮ

13 МАЯ 2025 год

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценност ь, ккал	№ рецен- туры
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
КАША "ДРУЖБА"	150	200	35,80	4,2	7,9	23,8	183,4	175
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	50	100	39,20	6,9	5,9	7,6	112,7	223
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200	10,00	3,9	3,3	16,7	113,2	382
ЙОГУРТ М.Д.Ж.2,5 %	95	95	30,00	2,7	2,4	4,3	53,7	
БАТОН	35	50	5,00	2,6	1	18	91,7	
Итого за прием пищи:	530	645	120,00	20,3	20,5	70,4	554,7	
Обед								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	60	100	10,00	0,8	3,5	2,6	46,1	43
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	250	10,00	1,5	4,0	10,0	82,5	82
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	90	120	29,00	8,4	7,5	12,3	151,2	2620
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	180	11,00	3,2	5,3	21,4	145,7	128
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	200	7,00	0,2	0,2	23,2	95,6	342
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
БАТОН	50	60	5,00	3,8	1,5	25,7	131	
Итого за прием пищи:	790	970	75,00	20,5	22,4	112,2	733,7	
Полдник								
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200	10,00	1	0,2	19,6	83,4	389
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	100	50	10,00	5,7	22,8	38,8	383,5	1
Итого за прием пищи:	300	350	20,00	6,7	23,0	58,4	466,9	
Всего за день:			215,00	47,5	65,9	241,0	1755,3	

Зав. производством

Л.Н. Шашенкова

"УТВЕРЖДАЮ"



Л.Н. Шашенкова

Шашенкова Л.Н.

МЕНЮ

14 МАЯ 2025 год

9 день

"СОГЛАСОВАНО"



Директор школы

Имя, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценност ь, ккал	№ рецеп- туры
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	100	15,00	0,7	0,1	5,1	24,5	59
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	200	97,00	17,0	21,8	17,4	335,8	309
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	5,00	0,3	0	11,5	47,1	376
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	50	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	500	550	120,00	20,6	22,3	51,0	489,0	
Обед								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	100	10,00	0,7	0,1	2,3	14,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	250	11,00	3,1	4,1	17,6	118,9	108
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	250	36,00	16,9	37,1	13,7	458,7	139- 256
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	200	10,00	1	0,2	19,6	83,4	389
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
ПЕЧЕНЬЕ	20	20	5,00	1,5	2	14,9	83,4	
Итого за прием пищи:	720	880	75,00	25,8	43,9	85,1	840,5	
Полдник								
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	110	150	10,00	8,2	8,0	17,7	176,7	217
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200	10,00	3,9	3,3	16,7	113,2	382
Итого за прием пищи:	310	350	20,00	12,1	11,3	34,4	289,9	
Всего за день:			215,00	58,5	77,5	170,5	1619,4	

Зав. производством

Л.Н. Шашенкова

"УТВЕРЖДАЮ"

Л.Н. Шашенкова

Шашенкова Л.Н.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы

МБОУ
«СОШ № 50 им. А.А. Гагарина»
г. Ижевск



МЕНЮ

15 МАЯ 2025 год

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценност ь, ккал	№ рецеп- туры
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	155	250	36,00	4,7	4,4	14,2	116,1	120
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50	50	25,00	5,8	9,4	15,4	170,6	3
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	100	19,00	0,4	0,4	9,5	45,6	338
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200	10,00	3,9	3,3	16,7	113,2	382
ЙОГУРТ М.Д.Ж.2,5	95	95	30,00	2,7	2,4	4,3	53,7	
Итого за прием пищи:	600	695	120,00	17,5	19,9	60,1	499,2	
Обед								
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	100	10,00	0,7	0,1	2,3	14,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	250	16,00	6,2	5,8	14,3	135,4	104
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	100	29,00	12,6	9,1	3,8	153,1	232
РИС ОТВАРНОЙ	150	180	10,00	3,6	5,9	38,5	222	304
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	200	7,00	0	0	15,5	61,9	349
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	750	1090	75,00	25,7	21,3	91,4	668,5	
Полдник								
ОЛАДЫ ИЗ ТВОРОГА	100	150	15,00	11,0	7,7	34,4	248,4	225
ЧАЙ С САХАРОМ	200	200	5,00	0,3	0	11,5	47,1	376
Итого за прием пищи:	300	350	20,00	11,3	7,7	45,9	295,5	
Всего за день:				215,00	54,5	48,9	197,4	1463,2

Зав. производством

Л.Н. Шашенкова

"УТВЕРЖДАЮ"

Л.Н. Шашенкова

Шашенкова Л.Н.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы



МЕНЮ

16 МАЯ 2025 год

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценност ь, ккал	№ рецеп- туры
				Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г		
Завтрак								
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	100	10,00	0,6	3,6	1,7	41,0	20
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	100	100	85,00	17,9	19,7	2,8	259,4	256
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ	150	180	12,00	4,5	4,5	32,1	187,5	171
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	200	10,00	2,9	2,4	15,7	96,6	378
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	40	3,00	2	0,3	12,7	61,2	
Итого за прием пищи:	540	620	120,00	27,9	30,5	65,0	645,7	
Обед								
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	100	7,00	2,8	5,7	4,2	79,8	50
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200	250	9,00	1,5	4,1	8,3	75,9	98
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	100	35,00	25,4	28,0	14,5	409,8	294
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	180	11,00	3,2	5,3	21,4	145,7	128
СОУС ТОМАТНЫЙ 783	50	50	3,00	0,5	2,4	3,4	37,6	783
КИСЕЛЬ ИЗ ЭКСТРАТА	200	200	7,00	0	0	29,3	117,1	882
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	60	3,00	2,6	0,4	17	81,6	
Итого за прием пищи:	790	940	75,00	36,0	45,9	98,1	947,5	
Полдник								
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	200	10,00	0,4	0,4	9,5	45,6	338
КЕФИР	200	150	10,00	6	5,2	8,3	109,7	386
Итого за прием пищи:	300	350	20,00	6,4	5,6	17,8	155,3	
Всего за день:			215,00	70,3	82,0	180,9	1748,5	

Зав. производством

Л.Н. Шашенкова