



**Питание для начальной школы и
льготных категорий обучающихся**

Меню

на 28 Мая 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность					Витамины					Мин. вещества				
	ккал	бж	ж	у	с	А	В1	С	Р	Мг	Са	Ма	Р	Fe	Мг
212/2021	Каша "Геркулес" молочная вязкая с маслом Крупа геркулес, масло сл, молоко, соль														
200	6.6	7.0	25.4	292.2	0.0	0.1	5.0	0.5	10.2	10.7	31.8	0.4			
	Оладьи мучные с джемом Оладьи п/ф, масло растительное, джем														
60	9.5	9.3	23.9	203.7	21.0	0.2	0.5	0.0	22.2	36.2	49.4	1.4			
	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный														
40	3.2	0.4	19.3	124.7	0.0	0.0	0.0	0.4	9.2	13.2	34.8	0.4			
376/2011	Чай с сахаром Сахар, чай, вода														
200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1			

Итого:

19.3	16.8	78.1	682.6	21.0	0.3	5.7	0.8	185.2	71.0	238.4	4.3				
------	------	------	-------	------	-----	-----	-----	-------	------	-------	-----	--	--	--	--

Обед

Выход	Пищевая ценность					Витамины					Мин. вещества				
	ккал	бж	ж	у	с	А	В1	С	Р	Мг	Са	Ма	Р	Fe	Мг
71/2011	Овощи свежие (огурцы/помидоры) огурцы/помидоры														
60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2			
281/2022	Суп с макаронными изделиями на бульоне. Макаронные изделия, лук репчатый, масло р., морковь, соль, бульон, мясо														
200	5.4	7.5	9.5	133.6	0.0	0.1	0.5	0.4	8.8	10.0	53.0	1.2			
269/2011	Биточки особые Свинина, мясо куриное, соль, хлеб пш, масло раст, сух пан, соус том.														
90	18.0	11.2	9.5	227.8	13.6	0.1	0.5	0.1	15.5	21.3	05.9	1.6			
171/2011	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая, масло сл, соль														
150	8.4	8.9	37.4	262.5	37.5	0.2	0.0	2.5	24.8	31.7	97.3	4.5			
342/2011	Напиток из свежих фруктов Вода, фрукты, сахар, кислота лимонная.														
200	1.0	0.2	25.7	141.2	0.0	0.2	4.0	0.0	14.0	8.0	14.0	2.8			
30/20	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный хлеб ржаной/хлеб пшеничный														
	2.8	0.6	28.3	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6			

Итого:

35.9	28.3	111.0	884.9	51.1	0.7	15.5	3.6	81.3	189.1	435.1	11.9				
------	------	-------	-------	------	-----	------	-----	------	-------	-------	------	--	--	--	--

Полдник

Выход	Пищевая ценность					Витамины					Мин. вещества				
	ккал	бж	ж	у	с	А	В1	С	Р	Мг	Са	Ма	Р	Fe	Мг
	Кондитерское изделие														
шт	3.5	2.9	14.8	100.4	0.0	0.0	0.0	0.2	11.7	4.9	42.7	0.6			
376/2011	Чай с сахаром Сахар, чай, вода														
200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1			

Итого:

3.6	2.9	24.3	162.4	0.0	0.0	0.3	0.3	25.3	16.6	64.8	2.7				
-----	-----	------	-------	-----	-----	-----	-----	------	------	------	-----	--	--	--	--

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог Т.А. Рудницкая /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ /

Калькулятор А.В. Кирюхина /Кирюхина А.В./

14.

**Питание для начальной школы и
льготных категорий обучающихся**

Меню

на 29 Мая 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества							
		ккал	Жи	Ры	Ево	Угл	А	В1	С	Р	Са	Ма	Р	Fe
282/2021	Запеканка рисовая с творогом и джемом Крупа рисовая, сухари панировочные, вода, творог, сметана, масло сл.,масло р., сахар, соль, джем фруктовый.	200	13.5	6.1	52.5	342.4	0.2	0.1	0.1	0.0	35.8	39.4	83.5	0.8
	Кондитерское изделие	1 шт	2.7	4.5	28.0	118.0	0.0	0.0	0.1	0.0	6.0	5.6	18.7	0.6
14/2011	Масло сливочное порц. масло сливочное	10	0.1	8.3	0.1	65.7	0.0	0.0	0.0	0.0	2.4	0.0	3.0	0.0
	Хлеб пшеничный	40	3.2	0.4	19.3	124.7	0.0	0.0	0.0	0.4	9.2	13.2	34.8	0.4
376/2011	Чай с сахаром Сахар, чай, вода	200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1
Итого:			19.5	19.3	109.4	712.7	0.2	0.1	0.1	0.4	117.0	69.9	262.1	3.9

Обед

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества							
		ккал	Жи	Ры	Ево	Угл	А	В1	С	Р	Са	Ма	Р	Fe
71/2011	Овощи свежие (огурцы/помидоры) огурцы/помидоры	60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2
98/2011	Суп крестьянский с крупой и сметаной на бульоне Капуста, картофель, крупа перловая, лук репка, масло р., морковь, соль, бульон, сметана	200	1.4	5.2	5.0	124.3	9.5	0.0	7.6	1.7	35.7	10.7	31.5	0.5
299/2021	Рыба, тушен. в томате с овощами Лук репка, масло раст., морковь, сахар, соль, томат, паста, рыба.	90	10.4	5.8	6.0	173.3	0.0	2.3	3.9	0.1	0.8	77.6	43.9	42.3
312/2011	Картофельное пюре Картофель, масло сл., молоко, соль	150	8.6	6.1	38.7	243.8	0.0	0.2	0.0	1.4	13.3	35.8	103.9	4.6
495/2021	Напиток из сухофруктов Вода, сухофрукты, сахар, лимонная кислота.	200	0.6	0.1	31.4	144.0	0.0	0.0	0.2	0.0	19.5	63.0	0.0	2.6
	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный хлеб ржаной/хлеб пшеничный	30/20	2.8	0.6	28.3	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6
Итого:			24.0	17.8	110.1	805.2	9.6	2.6	22.1	3.9	87.6	305.1	344.1	151.7

Полдник

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества							
		ккал	Жи	Ры	Ево	Угл	А	В1	С	Р	Са	Ма	Р	Fe
	Пюре фруктовое Пюре фруктовое в ассортименте	1 шт	0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7
Итого:			0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог Т.А. Рудницкая /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ / _____

Калькулятор А.В. Кирюхина /Кирюхина А.В./

Питание для начальной школы и льготных категорий обучающихся

Меню

на 30 Мая 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества										
		ккал	белки	жиры	углеводы	клетчатка	А	В1	В2	С	Р	Са	Ма	К	Р	Fe	
138/2022	Макаронные изделия с сыром Макаронные изделия с сыром Макаронные изделия с сыром сливочное	180	11.0	11.5	38.1	256.6	38.0	0.1	0.1	0.7	0.3	16.3	56.4	1.1			
338/2011	Фрукты Фрукты свежие	шт	0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7			
	Хлеб пшеничный хлеб пшеничный	50	2.8	0.6	28.4	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6			
377/2011	Чай с сахаром и лимоном Вода, чай заварка, сахар, лимон.	200/10	0.1	0.0	10.2	62.0	0.0	0.0	2.7	0.0	14.0	2.3	4.2	0.3			
Итого:			14.4	12.6	88.7	513.1	88.0	0.2	10.3	1.7	240.5	37.9	221.9	4.6			

Обед

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества										
		ккал	белки	жиры	углеводы	клетчатка	А	В1	В2	С	Р	Са	Ма	К	Р	Fe	
71/2011	Овощи свежие (огурцы/помидоры) огурцы/помидоры	60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2			
88/2011	Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне Капуста свежая, картофель, лук репка, морковь, масло растительное, соль, томат паста, бульон	200	6.7	14.2	22.2	132.7	0.0	0.1	20.0	0.6	74.4	77.4	60.8	0.6			
294/2011	Котлета рубленая из птицы Мясо птицы, масло растительное, соль, хлеб пшеничный, сухари панировочные	90	13.7	12.2	12.2	213.5	0.1	0.1	6.3	2.8	39.6	23.4	86.4	2.0			
305/2011	Рис припущенный Крупа рисовая, масло сливочное, соль	150	3.7	5.4	37.4	210.1	27.0	0.0	0.0	0.7	2.6	19.0	61.5	0.5			
376/2011	Чай с сахаром Сахар, чай, вода	200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1			
	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный хлеб ржаной/хлеб пшеничный	30/20	2.8	0.6	28.3	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6			
Итого:			27.2	32.5	110.2	738.1	27.1	0.4	37.0	4.8	448.5	149.6	395.8	7.0			

Полдник

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества										
		ккал	белки	жиры	углеводы	клетчатка	А	В1	В2	С	Р	Са	Ма	К	Р	Fe	
389/2011	Сок фруктовый 0.2 л.	1 шт	2.0	0.0	42.4	176.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	2.0	2.0	2.0			
Итого:			2.0	0.0	42.4	176.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	2.0	2.0	2.0			

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог Т.А. Рудницкая /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ /_____ /

Калькулятор А.В. Кирюхина /Кирюхина А.В./

**Питание для начальной школы и
льготных категорий обучающихся**

Меню

на 2 Июня 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Калори-инность, ккал	А, мкг	В1, мкг	С, мкг	Р, мкг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг
214/2021	Каша манная молочная с маслом Крупа манная, молоко, сахар, соль, масло сл.											
200	5.8	5.1	27.6	258.9	0.0	0.1	1.1	0.5	08.7	18.3	07.7	0.5
	Кондитерское изделие Кондитерское изделие											
шт	4.1	4.5	27.9	165.0	26.0	0.0	0.0	0.0	16.4	6.0	34.8	0.4
15/2011	Сыр порционный Сыр порционно											
15	3.5	4.4	0.0	54.0	0.0	0.0	0.2	0.0	50.0	7.5	81.0	0.2
	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный											
40	3.2	0.4	19.3	124.7	0.0	0.0	0.0	0.4	9.2	13.2	34.8	0.4
376/2011	Чай с сахаром Сахар, чай, вода											
200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1

Итого:

16.5	14.4	84.3	664.6	26.1	0.2	1.6	0.9	297.9	56.7	280.4	3.6
------	------	------	-------	------	-----	-----	-----	-------	------	-------	-----

Обед

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Калори-инность, ккал	А, мкг	В1, мкг	С, мкг	Р, мкг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг
71/2011	Овощи свежие (огурцы/помидоры) огурцы/помидоры											
60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2
102/2011	Суп картофельный с горохом на бульоне Картофель, крупа горох, лук репка, масло р., морковь, соль, бульон											
200	5.4	3.1	13.2	136.6	0.0	0.2	4.7	0.9	34.1	28.5	70.5	1.6
279/2011	Тефтели из говядины с соусом (2-й вариант) Мясо говядина, лук, масло раст., мука, соль, крупа рис, соус смет с том.											
90	9.5	11.5	8.7	182.5	29.6	0.1	0.6	2.5	39.8	13.5	61.4	0.9
305/2011	Рис припущенный Крупа рисовая, масло сл., соль											
150	3.7	5.4	37.4	210.1	27.0	0.0	0.0	0.7	2.6	19.0	61.5	0.5
495/2021	Напиток из сухофруктов Вода, сухофрукты, сахар, лимонная кислота.											
200	0.6	0.1	31.4	144.0	0.0	0.0	0.2	0.0	19.5	63.0	0.0	2.6
	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный хлеб ржаной/хлеб пшеничный											
30/20	2.8	0.6	28.3	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6

Итого:

22.2	20.7	119.7	793.0	86.6	0.4	16.0	4.7	114.3	142.1	258.4	7.3
------	------	-------	-------	------	-----	------	-----	-------	-------	-------	-----

Полдник

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	Калори-инность, ккал	А, мкг	В1, мкг	С, мкг	Р, мкг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг
389/2011	Сок фруктовый 0.2 л.											
1 шт	2.0	0.0	42.4	176.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	2.0	2.0	2.0

Итого:

2.0	0.0	42.4	176.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	2.0	2.0	2.0
-----	-----	------	-------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог _____ /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ /

Калькулятор _____ /Кирюхина А.В./

**Питание для начальной школы и
льготных категорий обучающихся**

Меню

на 3 Июня 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность					Витамины				Мин. вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Капори йность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг	
71/2011	<i>Овощи свежие (огурцы/помидоры)</i> огурцы/помидоры												
60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2	
138/2022	<i>Макаронны отварные с сыром</i> Макаронны, сыр, масло сливочное												
180	11.0	11.5	38.1	256.6	38.0	0.1	0.1	0.7	03.0	16.3	56.4	1.1	
14/2011	<i>Масло сливочное порц.</i> масло сливочное												
10	0.1	8.3	0.1	65.7	40.0	0.0	0.0	0.0	2.4	0.0	3.0	0.0	
	<i>Хлеб пшеничный</i> хлеб пшеничный												
50	2.8	0.6	28.4	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6	
377/2011	<i>Чай с сахаром и лимоном</i> Вода, чай заварка, сахар, лимон.												
200/10	0.1	0.0	10.2	64.0	0.0	0.0	2.7	0.0	14.0	2.3	4.2	0.3	

Итого:

14.3	20.4	77.5	506.1	128.0	0.2	13.3	1.4	237.7	36.7	228.6	3.2
------	------	------	-------	-------	-----	------	-----	-------	------	-------	-----

Обед

Выход	Пищевая ценность					Витамины				Мин. вещества			
	Белк и, г	Жир ы, г	Угле оды, г	Капори рин ость, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг	
71/2011	<i>Овощи свежие (огурцы/помидоры)</i> огурцы/помидоры												
60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2	
88/2011	<i>Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне</i> Капуста св. картофель, лук репка, морковь, масло р., соль, томат паста, бульон												
200	6.7	14.2	22.2	132.7	0.0	0.1	20.0	0.6	74.4	77.4	60.6	0.6	
269/2011	<i>Котлета "Дружба"</i> Рыба, свинина, масло р., соль, сухари панировочные, хлеб пшеничный, яйцо												
90	10.6	14.8	11.7	215.5	0.0	0.2	1.1	1.2	29.1	34.4	54.6	1.4	
143/2011	<i>Рагу овощное</i> Картофель, морковь, лук, капуста, масло растит. соль												
150	2.6	15.9	12.9	213.0	69.0	0.1	18.8	1.3	55.7	24.4	67.5	0.9	
342/2011	<i>Напиток из свежих фруктов</i> Вода, фрукты, сахар, кислота лимонная.												
200	1.0	0.2	25.7	141.2	0.0	0.2	4.0	0.0	14.0	8.0	14.0	2.8	
	<i>Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный</i> хлеб ржаной/хлеб пшеничный												
30/20	2.8	0.6	28.3	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6	

Итого:

24.0	45.7	101.5	822.2	69.0	0.7	54.4	3.8	491.5	162.3	361.9	7.4
------	------	-------	-------	------	-----	------	-----	-------	-------	-------	-----

Полдник

Выход	Пищевая ценность					Витамины				Мин. вещества			
	Белк и, г	Жир ы, г	Угле оды, г	Капори рин ость, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг	
491/2021	<i>Напиток из ягод</i> Вода, ягоды, сахар												
200	1.0	0.2	25.7	141.2	0.0	0.2	4.0	0.0	14.0	8.0	14.0	2.8	
	<i>Кондитерское изделие</i> Кондитерское изделие												
шт	3.5	2.9	14.8	100.4	0.0	0.0	0.0	0.2	11.7	4.9	42.7	0.6	

Итого:

4.5	3.1	40.5	241.6	0.0	0.2	4.0	0.2	25.7	12.9	56.7	3.4
-----	-----	------	-------	-----	-----	-----	-----	------	------	------	-----

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог _____ /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ / _____ /

Калькулятор _____ /Кирюхина А.В./

**Питание для начальной школы и
льготных категорий обучающихся**

Меню

на 4 Июня 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества										
		ккал	бел	жир	угл	волок	А	В1	В2	С	Р	Са	Ма	К	Р	Fe	
71/2011	Овощи свежие (огурцы/помидоры) огурцы/помидоры	60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2			
210/2011	Омлет натуральный Яйцо, молоко сух, соль, масло р	120	14.9	9.3	12.3	275.6	14.9	0.1	7.9	0.2	00.5	29.5	13.2	2.4			
338/2011	Фрукт Фрукт свежий	шт	0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7			
	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3.2	0.4	19.3	124.7	0.0	0.0	0.0	0.4	9.2	13.2	34.8	0.4			
376/2011	Чай с сахаром Сахар, чай, вода	200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1			
Итого:			18.9	10.3	53.8	546.6	214.9	0.2	26.2	1.5	142.1	66.8	290.4	6.8			

Обед

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества										
		ккал	бел	жир	угл	волок	А	В1	В2	С	Р	Са	Ма	К	Р	Fe	
71/2011	Овощи свежие (огурцы/помидоры) огурцы/помидоры	60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2			
281/2022	Суп с макаронными изделиями на бульоне. Макаронные изделия, лук репчатый, масло р., морковь, соль, бульон, мясо	200	5.4	7.5	9.5	133.6	0.0	0.1	0.5	0.4	8.8	10.0	53.0	1.2			
269/2011	Биточки особые с соусом Свинина, мясо куриное, соль, хлеб пш, масло раст, сух пан, соус том	90	18.0	11.2	9.5	227.8	13.6	0.1	0.5	0.1	15.5	21.3	05.9	1.6			
171/2011	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая, масло сл, соль	150	8.4	8.9	37.4	262.5	37.5	0.2	0.0	2.5	24.8	31.7	97.3	4.5			
376/2011	Чай с сахаром Сахар, чай, вода	200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1			
	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный хлеб ржаной/хлеб пшеничный	30/20	2.8	0.6	28.3	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6			
Итого:			34.9	28.1	94.8	805.7	51.1	0.5	11.8	3.6	80.9	192.8	443.2	11.2			

Полдник

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества										
		ккал	бел	жир	угл	волок	А	В1	В2	С	Р	Са	Ма	К	Р	Fe	
	Пюре фруктовое Пюре фруктовое в ассортименте	1 шт	0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7			
Итого:			0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7			

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог _____ /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ /_____ /

Калькулятор _____ /Кирюхина А.В./

Питание для начальной школы и льготных категорий обучающихся

Меню

на 5 Июня 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества							
		ккал	бж	ж	у	с	А	В1	В2	В6	С	Са	Ма	Р
282/2021	Запеканка рисовая с творогом и джемом Крупа рисовая, сухари панировочные, вода, творог, сметана, масло сл., масло р., сахар, соль, джем фруктовый.	200	13.5	6.1	52.5	342.4	52.5	0.1	0.1	0.0	35.8	39.4	83.5	0.8
14/2011	Масло сливочное порц. масло сливочное	10	0.1	8.3	0.1	65.7	40.0	0.0	0.0	0.0	2.4	0.0	3.0	0.0
	Кондитерское изделие Кондитерское изделие	1 шт	2.7	4.5	28.0	118.0	0.0	0.0	0.1	0.0	6.0	5.6	18.7	0.6
	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3.2	0.4	19.3	124.7	0.0	0.0	0.0	0.4	9.2	13.2	34.8	0.4
376/2011	Чай с сахаром Сахар, чай, вода	200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1

Итого: 19.5 | 19.3 | 109.4 | 712.7 | 92.5 | 0.2 | 0.5 | 0.4 | 117.0 | 69.9 | 262.1 | 3.9

Обед

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества							
		ккал	бж	ж	у	с	А	В1	В2	В6	С	Са	Ма	Р
71/2011	Овощи свежие (огурцы/помидоры) огурцы/помидоры	60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2
96/2011	Рассольник Ленинградский на бульоне Картофель, крупа перл, лук, морковь, огурцы, мар. сметана, бульон	200	3.9	5.4	10.0	111.4	0.0	0.1	11.4	0.8	13.2	22.4	28.0	0.8
350/2021	"Ежики" мясные Филе куриное, лук репка, масло р., мука, рис длиннозерный, соль, соус смет с томатом	90	9.5	11.5	8.7	182.5	29.6	0.1	0.6	1.3	39.8	13.5	61.4	0.9
312/2011	Картофельное пюре Картофель, масло сл., молоко, соль	150	8.6	6.1	38.7	243.8	0.0	0.2	0.0	1.4	13.3	35.8	30.9	4.6
495/2021	Напиток из сухофруктов Вода, сухофрукты, сахар, лимонная кислота.	200	3.6	0.1	31.4	144.0	0.0	0.0	0.2	0.0	19.5	63.0	0.0	2.6
	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный хлеб ржаной/хлеб пшеничный	30/20	2.8	0.6	28.3	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6

Итого: 25.7 | 23.7 | 117.8 | 801.5 | 29.6 | 0.5 | 22.7 | 4.0 | 104.1 | 252.8 | 358.4 | 10.6

Полдник

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества							
		ккал	бж	ж	у	с	А	В1	В2	В6	С	Са	Ма	Р
	Кондитерское изделие Кондитерское изделие	шт	3.5	2.9	14.8	100.4	0.0	0.0	0.0	0.2	11.7	4.9	42.7	0.6
496/2021	Напиток из плодов шиповника Вода, шиповник, сахар	200	0.7	0.1	15.4	107.3	0.0	0.0	0.0	0.2	21.3	3.4	3.4	0.6

Итого: 4.2 | 3.0 | 30.2 | 207.7 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.5 | 33.0 | 8.3 | 46.1 | 1.2

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог _____ /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ /_____ /

Калькулятор _____ /Кирюхина А.В./



**Питание для начальной школы и
льготных категорий обучающихся**

Меню

на 6 Июня 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества							
		ккал	белки	жиры	углеводы	клетчатка	А	В1	С	Р	Са	Ма	Р	Fe
139/2021	Суп молочный с макаронными изделиями Макаронные изделия, масло сливочное, вода, молоко, сахар, соль.	200	5.5	6.2	18.7	152.2	44.3	0.1	0.9	0.0	55.2	19.6	30.3	0.5
1064/2022	Кондитерское изделие Кондитерское изделие	1 шт	9.4	8.9	22.2	209.9	0.1	0.1	0.4	0.4	76.0	18.3	73.1	0.7
	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3.2	0.4	19.3	124.7	0.0	0.0	0.0	0.4	9.2	13.2	34.8	0.4
465/2021	Кофейный напиток с молоком Вода, молоко, кофейный напиток, сахар	200	2.4	0.3	14.5	93.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	6.9	9.9	26.1

Итого:

20.3	15.8	74.7	580.3	44.4	0.2	1.3	0.8	440.8	58.0	348.1	27.7
------	------	------	-------	------	-----	-----	-----	-------	------	-------	------

Обед

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества							
		ккал	белки	жиры	углеводы	клетчатка	А	В1	С	Р	Са	Ма	Р	Fe
71/2011	Овощи свежие (огурцы/помидоры) огурцы/помидоры	60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2
82/2011	Борщ из свежей капусты с картофелем на бульоне Капуста, картофель, лук репка, масло р., морковь, сахар, свекла, соль, томатная паста, сметана, Бульон	200	5.4	11.4	22.2	106.1	0.0	0.0	8.2	0.5	27.6	21.0	42.4	0.9
259/2011	Жаркое по-домашнему Мясо свинина, картофель, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль..	180	12.7	30.3	17.0	393.9	0.0	0.4	6.9	3.2	29.5	44.1	85.4	3.1
342/2011	Напиток из свежих фруктов Вода, фрукты, сахар, кислота лимонная.	200	1.0	0.2	25.7	141.2	0.0	0.2	4.0	0.0	14.0	8.0	14.0	2.8
	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный хлеб ржаной/хлеб пшеничный	30/30	3.4	0.7	33.9	138.0	0.0	0.1	0.0	0.4	13.8	15.0	63.6	1.9

Итого:

22.7	42.6	99.6	784.0	0.0	0.7	29.6	4.4	91.7	93.7	317.4	48.9
------	------	------	-------	-----	-----	------	-----	------	------	-------	------

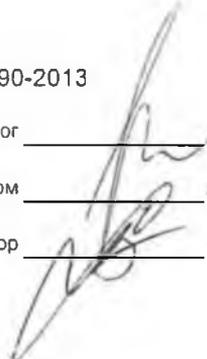
Полдник

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества							
		ккал	белки	жиры	углеводы	клетчатка	А	В1	С	Р	Са	Ма	Р	Fe
389/2011	Сок фруктовый 0.2 л.	1 шт	2.0	0.0	42.4	176.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	2.0	2.0	2.0

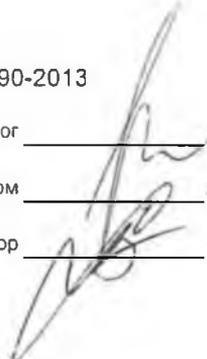
Итого:

2.0	0.0	42.4	176.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	2.0	2.0	2.0
-----	-----	------	-------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог  /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ /

Калькулятор  /Кирюхина А.В./

**Питание для начальной школы и
льготных категорий обучающихся**

Меню

на 9 Июня 2025 г.

Завтрак

Выход	Ход	Пищевая ценность						Витамины				Мин. вещества				
		ккал	бж	ж	у	с	д	А	В1	В2	С	Р	Са	Ма	Р	Fe
223/2021	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом	175	7.7	9.7	39.0	294.8	48.3	0.1	0.9	0.7	29.0	39.0	95.0	2.1		
338/2011	Фрукт	шт	0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7		
15/2011	Сыр порционно	15	3.5	4.4	0.0	54.0	0.0	0.0	0.2	0.0	50.0	7.5	81.0	0.2		
	Хлеб пшеничный	30	2.4	0.0	14.5	103.5	0.0	0.0	0.0	0.3	6.9	9.9	26.1	0.3		
376/2011	Чай с сахаром	200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1		

Итого:

14.1	14.5	75.0	593.8	48.3	0.1	8.9	1.7	311.8	74.9	332.9	6.3
------	------	------	-------	------	-----	-----	-----	-------	------	-------	-----

Обед

Выход	Ход	Пищевая ценность						Витамины				Мин. вещества				
		ккал	бж	ж	у	с	д	А	В1	В2	С	Р	Са	Ма	Р	Fe
71/2011	Овощи свежие (огурцы/помидоры)	60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2		
88/2011	Щи из свежей капусты с картофелем на бульоне	200	6.7	14.2	22.2	132.7	0.0	0.1	20.0	0.6	74.4	77.4	60.8	0.6		
294/2011	Котлета рубленая из птицы	90	13.7	12.2	12.2	213.5	0.1	0.1	6.3	2.8	39.6	23.4	86.4	2.0		
305/2011	Рис припущенный	150	3.7	5.4	33.7	210.1	27.0	0.0	0.0	0.7	2.6	19.0	61.5	0.5		
495/2021	Напиток из сухофруктов	200	0.6	0.1	31.4	144.0	0.0	0.0	0.2	0.0	19.5	63.0	0.0	2.6		
	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный	30/20	2.8	0.6	28.3	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6		

Итого:

27.7	32.6	128.4	820.1	27.1	0.4	37.0	4.8	454.4	200.8	373.7	7.5
------	------	-------	-------	------	-----	------	-----	-------	-------	-------	-----

Полдник

Выход	Ход	Пищевая ценность						Витамины				Мин. вещества				
		ккал	бж	ж	у	с	д	А	В1	В2	С	Р	Са	Ма	Р	Fe
389/2011	Сок фруктовый 0.2 л.	1 шт	2.0	0.0	42.4	176.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	2.0	2.0	2.0		

Итого:

2.0	0.0	42.4	176.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	2.0	2.0	2.0
-----	-----	------	-------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Полдник

Выход	Ход	Пищевая ценность						Витамины				Мин. вещества				
		ккал	бж	ж	у	с	д	А	В1	В2	С	Р	Са	Ма	Р	Fe
338/2011	Фрукт	шт	0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7		

Итого:

0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7
-----	-----	------	------	-----	-----	-----	-----	------	-----	-----	-----

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог _____ /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ /

Калькулятор _____ /Кирюхина А.В./

Питание для начальной школы и льготных категорий обучающихся

Меню

на 10 Июня 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества										
		ккал	Жи	Ры	Ево	Ды	Ино	Ст	А	В1	С	Р	Са	Ма	Р	Fe	
71/2011	Овощи свежие (огурцы/помидоры) огурцы/помидоры	60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2			
210/2011	Омлет натуральный Яйцо, молоко сух, соль, масло р	160	14.9	9.3	12.3	275.6	14.9	0.1	7.9	0.2	00.5	29.5	13.2	2.4			
	Кондитерское изделие Кондитерское изделие	1 шт	2.7	4.5	28.0	118.0	0.0	0.0	0.1	0.0	6.0	5.6	18.7	0.6			
	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	40	3.2	0.4	19.3	124.7	0.0	0.0	0.0	0.4	9.2	13.2	34.8	0.4			
376/2011	Чай с сахаром Сахар, чай, вода	200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1			

Итого:

21.1	14.3	69.8	585.1	214.9	0.2	18.7	0.9	136.1	65.6	300.8	5.8						
------	------	------	-------	-------	-----	------	-----	-------	------	-------	-----	--	--	--	--	--	--

Обед

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества										
		ккал	Жи	Ры	Ево	Ды	Ино	Ст	А	В1	С	Р	Са	Ма	Р	Fe	
47/2011	Салат из квашеной капусты капуста кваш., лук репка, сахар, масло растит	60	1.0	3.0	5.1	51.4	0.0	0.0	11.9	0.2	31.3	9.6	20.4	0.4			
98/2011	Суп крестьянский с крупой и сметаной на бульоне Капуста, картофель, крупа перловая, лук репка, масло р., морковь, соль, бульон, сметана	200	1.4	5.2	5.0	124.3	9.5	0.0	7.6	1.7	35.7	10.7	31.5	0.5			
595/2022	Наггетсы Филе кур, сухари панировочные, яйцо, масло растительное, соль	90	11.9	11.4	11.0	195.0	0.1	0.1	5.2	5.9	04.3	15.4	13.3	0.7			
312/2011	Картофельное пюре Картофель, масло сливочное, соль, молоко.	150	11.9	6.1	38.7	243.8	0.0	0.2	0.0	1.4	13.3	35.8	203.9	4.6			
377/2011	Чай с сахаром и лимоном Вода, чай заварка, сахар, лимон.	200/10	0.1	0.0	10.2	64.0	0.0	0.0	2.7	0.0	14.0	2.3	4.2	0.3			
	Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный хлеб ржаной/хлеб пшеничный	30/20	2.8	0.6	28.3	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6			

Итого:

29.1	26.2	98.2	793.5	9.6	0.4	27.3	9.5	210.2	186.2	426.3	8.1						
------	------	------	-------	-----	-----	------	-----	-------	-------	-------	-----	--	--	--	--	--	--

Полдник

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества										
		ккал	Жи	Ры	Ево	Ды	Ино	Ст	А	В1	С	Р	Са	Ма	Р	Fe	
342/2011	Напиток из свежих фруктов Вода, фрукты, сахар, кислота лимонная.	200	1.0	0.2	25.7	141.2	0.0	0.2	4.0	0.0	14.0	8.0	14.0	2.8			
	Кондитерское изделие	шт	3.5	2.9	14.8	100.4	0.0	0.0	0.0	0.2	11.7	4.9	42.7	0.6			

Итого:

4.5	3.1	40.5	241.6	0.0	0.2	4.0	0.2	25.7	12.9	56.7	3.4						
-----	-----	------	-------	-----	-----	-----	-----	------	------	------	-----	--	--	--	--	--	--

Полдник

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества										
		ккал	Жи	Ры	Ево	Ды	Ино	Ст	А	В1	С	Р	Са	Ма	Р	Fe	
338/2011	Фрукт Фрукт свежий	шт	0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7			

Итого:

0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7						
-----	-----	------	------	-----	-----	-----	-----	------	-----	-----	-----	--	--	--	--	--	--

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог _____ /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ /_____ /

Калькулятор _____ /Кириухина А.В./

Питание для начальной школы и льготных категорий обучающихся

Меню

на 11 Июня 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества						
		ки	ры	ево	ды	ино	А	В1	С	Р	Са	Ма	Р
71/2011	Овощи свежие (огурцы/помидоры) огурцы/помидоры	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2
138/2022	Макаронны отварные с сыром Макаронны, сыр, масло сливочное	11.0	11.5	38.1	256.6	38.0	0.1	0.1	0.7	03.0	16.3	56.4	1.1
14/2011	Масло сливочное порц. масло сливочное	0.1	8.3	0.1	65.7	40.0	0.0	0.0	0.0	2.4	0.0	3.0	0.0
	Хлеб пшеничный хлеб пшеничный	2.8	0.6	28.4	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6
376/2011	Чай с сахаром Сахар, чай, вода	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1

Итого:

14.2	20.4	76.8	504.1	128.0	0.2	10.9	1.4	237.3	46.1	246.5	5.0
------	------	------	-------	-------	-----	------	-----	-------	------	-------	-----

Обед

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества						
		ки	ры	ево	ды	ино	А	В1	С	Р	Са	Ма	Р
71/2011	Овощи свежие (огурцы/помидоры) огурцы/помидоры	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2
97/2011	Суп картофельный с рыб.консервами Картофель, лук репка, масло р., морковь, сайра конс., соль	5.8	6.7	16.0	149.8	0.0	0.1	19.2	1.9	16.0	24.9	61.8	0.9
260/2011	Гуляш Мясо, лук репка, масло сл., мука, томатная паста, соль	18.6	28.2	2.6	295.5	0.0	0.1	0.3	1.7	17.3	20.2	79.5	1.5
171/2011	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая, масло сл, соль	8.4	8.9	37.4	262.5	37.5	0.2	0.0	2.5	24.8	31.7	97.3	4.5
1201/2011	Напиток апельсиновый Апельсины, сахар	0.2	0.0	25.7	99.8	0.0	0.0	13.2	0.0	8.0	2.9	5.1	0.1
	Хлеб ржаной/хлеб пшеничный хлеб ржаной/хлеб пшеничный	2.8	0.6	28.3	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6

Итого:

36.1	44.3	110.6	927.3	37.5	0.5	43.2	6.7	84.3	197.7	408.6	8.8
------	------	-------	-------	------	-----	------	-----	------	-------	-------	-----

Полдник

Выход	Пищевая ценность	Витамины					Мин. вещества						
		ки	ры	ево	ды	ино	А	В1	С	Р	Са	Ма	Р
	Пюре фруктовое Пюре фруктовое в ассортименте	0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7

Итого:

0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7
-----	-----	------	------	-----	-----	-----	-----	------	-----	-----	-----

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог _____ /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ / /

Калькулятор _____ /Кирюхина А.В./

Питание для начальной школы и

Меню

на 16 Июня 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества				
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг	
214/2021	Каша манная молочная с												
	200	5.8	5.1	27.6	258.9	0.0	0.1	1.1	0.5	08.	18.3	07.	0.5
	Крупа манная, молоко, сахар, соль, масло сл.												
401/2011	Блинчик с фруктовой												
	60	9.5	9.3	23.9	203.7	21.0	0.2	0.5	0.0	22.	36.2	149.4	1.4
	Блинчик, масло растительное												
	Хлеб пшеничный												
	40	3.2	0.4	19.3	124.7	0.0	0.0	0.0	0.4	9.2	13.2	34.8	0.4
	Хлеб пшеничный												
376/2011	Чай с сахаром												
	200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1
	Сахар, чай, вода												

Итого:

18.5	14.8	80.3	649.3	21.0	0.3	1.8	0.9	253.7	79.4	314.0	4.4
------	------	------	-------	------	-----	-----	-----	-------	------	-------	-----

Обед

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества				
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг	
71/2011	Овощи свежие												
	60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2
	огурцы/помидоры												
101/2021	Рассольник домашний на												
	200	3.9	4.0	7.4	108.2	0.0	0.1	6.6	0.8	18.2	18.2	43.8	0.7
	масло р., огурцы мар, морковь, соль, бульон												
291/2011	Плов из птицы												
	180	15.1	33.8	30.0	406.4	17.5	0.1	2.4	4.7	14.9	47.6	209.4	2.2
	масло растительное, морковь, соль,												
376/2011	Чай с сахаром												
	200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1
	Сахар, чай, вода												
	Хлеб ржаной/Хлеб												
	30/30	3.4	0.7	33.9	138.0	0.0	0.1	0.0	0.4	13.8	15.0	63.6	1.9
	хлеб ржаной/хлеб пшеничный												

Итого:

22.7	38.5	81.5	719.4	17.5	0.3	19.8	6.2	67.3	98.1	351.0	7.1
------	------	------	-------	------	-----	------	-----	------	------	-------	-----

Полдник

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества				
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг	
389/2011	Сок фруктовый 0.2 л.												
	1 шт	2.0	0.0	42.4	176.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	2.0	2.0	2.0

Итого:

2.0	0.0	42.4	176.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	2.0	2.0	2.0
-----	-----	------	-------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог _____ /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ / _____ /

Калькулятор _____ /Кирюхина А.В./

Питание для начальной школы и

Меню

на 17 Июня 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг
222/2011	Пудинг из творога с молоком пан, сметана, масло слив, молоко сгущ											
160	21.2	28.8	27.2	291.1	5.0	0.1	0.8	0.7	263.1	41.3	345.1	1.0
470/2021	Йогурт питьевой Йогурт питьевой											
100	2.6	2.5	11.7	50.5	0.0	0.0	0.5	0.0	20.0	12.3	23.2	2.1
15/2011	Сыр порционнo Сыр порционнo											
15	3.5	4.4	0.0	54.0	0.0	0.0	0.2	0.0	50.0	7.5	81.0	0.2
	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный											
40	3.2	0.4	19.3	124.7	0.0	0.0	0.0	0.4	9.2	13.2	34.8	0.4
376/2011	Чай с сахаром Сахар, чай, вода											
200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1

Итого:

30.5	36.1	67.7	582.2	5.0	0.2	1.8	1.1	556.6	86.0	506.4	5.9
------	------	------	-------	-----	-----	-----	-----	-------	------	-------	-----

Обед

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг
71/2011	Овощи свежие огурцы/помидоры											
60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2
98/2021	Свекольник морковь, сахар, свекла, соль, томатная паста,											
200	3.3	4.0	11.4	131.8	0.0	0.0	2.4	0.5	7.0	8.0	42.4	0.6
294/2011	Котлета рубленная из сухари пан											
90	13.7	12.2	12.2	213.5	0.1	0.1	6.3	2.8	39.6	23.4	86.4	2.0
321/2011	Капуста тушеная паста, сахар											
150	3.9	6.0	33.0	214.2	0.0	0.1	32.4	1.0	13.7	42.9	89.3	3.5
376/2011	Чай с сахаром Сахар, чай, вода											
200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1
	Хлеб ржаной/Хлеб хлеб ржаной/хлеб пшеничный											
30/30	3.4	0.7	33.9	138.0	0.0	0.1	0.0	0.4	13.8	15.0	63.6	1.9

Итого:

24.6	22.9	100.6	764.3	0.1	0.4	51.8	5.0	194.4	106.6	315.8	10.2
------	------	-------	-------	-----	-----	------	-----	-------	-------	-------	------

Полдник

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг
	Кондитерское изделие											
шт	3.5	2.9	14.8	100.4	0.0	0.0	0.0	0.2	11.7	4.9	42.7	0.6
376/2011	Чай с сахаром Сахар, чай, вода											
200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1

Итого:

3.6	2.9	24.3	162.4	0.0	0.0	0.3	0.3	25.3	16.6	64.8	2.7
-----	-----	------	-------	-----	-----	-----	-----	------	------	------	-----

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог _____ /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ / _____ /

Калькулятор _____ /Кирюхина А.В./

Питание для начальной школы и

Меню

на 18 Июня 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества						
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг			
71/2011	<i>Овощи свежие</i>														
	огурцы/помидоры														
60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2			
138/2022	<i>Макаронны отварные с сыром</i>														
	Макаронны, сыр, масло сливочное														
180	11.0	11.5	38.1	256.6	88.0	0.1	0.1	0.7	203.0	16.3	56.4	1.1			
14/2011	<i>Масло сливочное порц.</i>														
	масло сливочное														
10	0.1	8.3	0.1	65.7	40.0	0.0	0.0	0.0	2.4	0.0	3.0	0.0			
	<i>Хлеб пшеничный</i>														
	хлеб пшеничный														
50	2.8	0.6	28.4	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6			
377/2011	<i>Чай с сахаром и лимоном</i>														
	Вода, чай заварка, сахар, лимон.														
200/10	0.1	0.0	10.2	64.0	0.0	0.0	2.7	0.0	14.0	2.3	4.2	0.3			
Итого:				14.3	20.4	77.5	506.1	128.0	0.2	13.3	1.4	237.7	36.7	228.6	3.2

Обед

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества						
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг			
47/2011	<i>Салат из квашеной капусты</i>														
	капуста кваш., лук репка, сахар, масло растит.														
60	1.0	3.0	5.1	51.4	0.0	0.0	11.9	0.2	31.3	9.6	20.4	0.4			
102/2011	<i>Суп картофельный с морковью</i>														
	картофель, морковь, соль, бульон														
200	5.4	3.1	13.2	136.6	0.0	0.2	4.7	0.9	34.1	28.5	70.5	1.6			
376/2021	<i>Рагу из птицы</i>														
	морковь, мясо птицы, соус сметанный с														
90	9.5	8.6	7.2	208.5	30.6	0.1	3.7	0.0	16.2	21.2	103.1	1.2			
305/2011	<i>Рис припущенный</i>														
	Крупа рисовая, масло сл., соль														
150	3.7	5.4	33.7	210.1	27.0	0.0	0.0	0.7	2.6	19.0	61.5	0.5			
495/2021	<i>Напиток из сухофруктов</i>														
	Вода, сухофрукты, сахар, лимонная кислота.														
200	0.6	0.1	31.4	144.0	0.0	0.0	0.2	0.0	19.5	63.0	0.0	2.6			
	<i>Хлеб ржаной/Хлеб</i>														
	хлеб ржаной/хлеб пшеничный														
30/20	2.8	0.6	28.3	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6			
Итого:				22.9	20.7	118.7	865.7	57.6	0.4	20.5	2.2	115.4	163.7	308.4	7.8

Полдник

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества						
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг			
<i>Кондитерское изделие</i>															
шт	4.1	4.5	27.9	165.0	26.0	0.0	0.0	0.0	16.4	6.0	34.8	0.4			
376/2011	<i>Чай с сахаром</i>														
	Сахар, чай, вода														
200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1			
Итого:				4.1	4.5	37.4	227.0	26.0	0.0	0.3	0.0	30.0	17.7	56.9	2.5

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог _____ /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ / _____ /

Калькулятор _____ /Кирюхина А.В./

Питание для начальной школы и

Меню

на 19 Июня 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества						
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг			
71/2011	Овощи свежие огурцы/помидоры														
60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2			
210/2011	Омлет натуральный Яйцо, молоко сух, соль, масло р														
120	14.9	9.3	12.3	275.6	14.4	0.1	7.9	0.2	00.3	29.5	13.1	2.4			
	Кондитерское изделие Кондитерское изделие														
1 шт	2.7	4.5	28.0	118.0	0.0	0.0	0.1	0.0	6.0	5.6	18.7	0.6			
	Хлеб пшеничный хлеб пшеничный														
50	2.8	0.6	28.4	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6			
377/2011	Чай с сахаром и лимоном Вода, чай заварка, сахар, лимон.														
200/10	0.1	0.0	10.2	64.0	0.0	0.0	2.7	0.0	14.0	2.3	4.2	0.3			
Итого:				20.8	14.4	79.6	577.4	214.4	0.2	21.2	0.9	138.8	55.5	301.1	5.1

Обед

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества						
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг			
71/2011	Овощи свежие огурцы/помидоры														
60	0.3	0.0	0.7	4.8	0.0	0.0	10.5	0.3	6.8	5.6	12.0	0.2			
281/2022	Суп с макаронными морковь, соль, бульон, мясо														
200	5.4	7.5	9.5	133.6	0.0	0.1	0.5	0.4	8.8	10.0	53.0	1.2			
279/2011	Тепельки из говядины с крупа рис, соус смет с том.														
90	9.5	11.5	8.7	182.5	29.6	0.1	0.6	2.5	39.6	13.5	61.4	0.9			
235/2016	Картофель жаренный из картофель, масло раст, соль.														
150	3.4	13.1	27.9	243.8	0.0	0.2	18.8	1.8	17.4	29.4	85.7	1.1			
342/2011	Напиток из свежих фруктов Вода, фрукты, сахар, кислота лимонная														
200	1.0	0.2	25.7	134.6	0.0	0.2	4.0	0.0	14.0	8.0	14.0	2.8			
	Хлеб ржаной/Хлеб хлеб ржаной/хлеб пшеничный														
30/20	2.8	0.6	28.3	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6			
Итого:				22.4	32.9	100.8	814.2	29.6	0.6	34.4	5.3	98.3	78.9	279.1	7.7

Полдник

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества						
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг			
	Пюре фруктовое Пюре фруктовое в ассортименте														
1 шт	0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7			
Итого:				0.5	0.5	12.0	79.5	0.0	0.0	7.5	0.6	12.0	6.8	8.3	1.7

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог _____ /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ / _____ /

Калькулятор _____ /Кирюхина А.В./

Питание для начальной школы и

Меню

на 20 Июня 2025 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг
140/2021	<i>Суп молочный с крупой</i> Молоко, вода, крупа, масло сл, сахар, соль											
200	5.0	5.3	18.0	168.2	37.4	0.1	1.2	0.3	68.0	24.4	14.5	0.2
420/2011	<i>Кондитерское изделие</i> Кондитерское изделие											
1 шт	4.1	4.5	27.9	165.0	0.0	0.0	0.0	1.9	6.0	34.8	0.4	16.4
	<i>Хлеб пшеничный</i> Хлеб пшеничный											
40	3.2	0.4	19.3	124.7	0.0	0.0	0.0	0.4	9.2	13.2	34.8	0.4
376/2011	<i>Чай с сахаром</i> Сахар, чай, вода											
200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1

Итого:

12.3	10.2	74.7	519.9	37.4	0.2	1.5	2.6	196.8	84.1	202.4	19.2
------	------	------	-------	------	-----	-----	-----	-------	------	-------	------

Обед

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг
47/2011	<i>Салат из квашеной капусты</i> капуста кваш., лук репка, сахар, масло растит											
60	1.0	3.0	5.1	51.4	0.0	0.0	11.9	0.2	31.3	9.6	20.4	0.4
116/2011	<i>Суп с крупой и томатом на</i> паста, масло растительное, соль, бульон											
200	2.2	2.3	14.0	134.6	0.0	0.1	6.6	0.9	23.4	21.8	54.1	0.9
268/2011	<i>Шницель свиной в панировке</i> панировочные, лук репчатый, соль, масло											
90	15.3	19.8	11.0	241.0	0.1	0.1	0.0	1.7	17.1	18.6	41.1	1.6
309/2011	<i>Макаронны отварные</i> Макаронные изделия, масло сл., соль											
150	5.5	4.5	26.4	168.5	0.0	0.1	0.0	0.8	4.9	21.1	37.2	1.1
376/2011	<i>Чай с сахаром</i> Сахар, чай, вода											
200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1
	<i>Хлеб ржаной/Хлеб</i> хлеб ржаной/хлеб пшеничный											
30/20	2.8	0.6	28.3	115.0	0.0	0.1	0.0	0.4	11.5	12.5	53.0	1.6

Итого:

26.9	30.1	94.2	772.5	0.1	0.3	18.7	4.0	101.4	95.3	327.9	7.7
------	------	------	-------	-----	-----	------	-----	-------	------	-------	-----

Полдник

Выход	Пищевая ценность				Витамины				Мин. вещества			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг
	<i>Кондитерское изделие</i>											
шт	3.5	2.9	14.8	100.4	0.0	0.0	0.0	0.2	11.7	4.9	42.7	0.6
376/2011	<i>Чай с сахаром</i> Сахар, чай, вода											
200	0.1	0.0	9.5	62.0	0.0	0.0	0.3	0.0	13.6	11.7	22.1	2.1

Итого:

3.6	2.9	24.3	162.4	0.0	0.0	0.3	0.3	25.3	16.6	64.8	2.7
-----	-----	------	-------	-----	-----	-----	-----	------	------	------	-----

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог _____ /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ / _____ /

Калькулятор _____ /Кирюхина А.В./