



МЕНЮ
с 1- 4 кл. ММС, Льготное питание
ДЕНЬ 3

19.01.2022

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
биточки мясные с томатным соусом	60/40		0,40	3,50	2,40	42,30
биточки мясные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
МОРКОВЬ	3	2,4	0	0	0,2	0,80
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5		5,80	4,30	37,10	210,50
РОЖКИ ВЫСШ.СОРТ	52,5	52,5	5,6	0,7	35,9	172,20
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,30
Чай с сахаром шк	200				9,10	39,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
булочки шакшанская	100					
булочка шакшинская	1 шт.	1	0	0	0	0,00
СЫР ПОРЦИОННЫЙ	10		2,40	3,00		37,50
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	11	10	2,4	3	0	37,50
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского	40		3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			11,80	11,20	70,60	434,20
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			11,80	11,20	70,60	434,20

Повар  Асыллова Г.А



19.01.2022

МЕНЮ
с 5 -11кл. ММО
ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
биточки мясные с томатным соусом		60/40	0,40	3,50	2,40	42,30
биточки мясные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
МОРКОВЬ	3	2,4	0	0	0,2	0,80
Макаронные изделия отварные с маслом		180/10	6,80	8,90	43,20	279,10
РОЖКИ ВЫСШ.СОРТ	63	63	6,7	0,8	43,1	206,50
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,44	1,44	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,60
Чай с сахаром шк		200			9,10	39,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
булочка тахинная		100				
булочка тахинная	1 шт.	1	0	0	0	0,00
СЫР ПОРЦИОННЫЙ		10	2,40	3,00		37,50
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	11	10	2,4	3	0	37,50
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,90
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			12,80	15,80	76,70	502,80
			12,80	15,80	76,70	502,80

Повар  Асыпова Г.А.



МЕНЮ
с 5 -11кл. род взнос
ДЕНЬ 3

19.01.2022

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
Макаронные изделия отварные с маслом	180/10		6,80	8,90	43,20	279,10
РОЖКИ ВЫСШ.СОРТ	63	63	6,7	0,8	43,1	206,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,44	1,44	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,60
биточки мясные с томатным соусом	60/40		0,40	3,50	2,40	42,30
биточки мясные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
МОРКОВЬ	3	2,4	0	0	0,2	0,80
Чай с сахаром шк	200				9,10	39,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40		3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			10,40	12,80	76,70	465,30
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			10,40	12,80	76,70	465,30

Повар  Асыллова Г.А.



19.01.2022

МЕНЮ
с 5 - 11 кл. ОВЗ, ДИ
ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
Макароны изделия отварные с маслом		180/10	6,80	8,90	43,20	279,10
РОЖКИ ВЫСШ СОРТ	63	63	6,7	0,8	43,1	206,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,44	1,44	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,60
Сметанное масло с томатным соусом		60/40	0,40	3,50	2,40	42,30
Сметанное масло	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
МОРКОВЬ	3	2,4	0	0	0,2	0,80
Чай с сахаром пак.		200			9,10	39,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
СЫР ПОРЦИОННЫЙ		10	2,40	3,00		37,50
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	11	10	2,4	3	0	37,50
Булочка пшеничная		100				
Булочка пшеничная	1 шт.	1	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			12,80	15,80	76,70	502,80
ОБЕД						
Суп картофельный с клецками		250	1,60	6,00	11,60	107,30
КАРТОФЕЛЬ	66,667	50	1	0,2	8	37,30
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,905	10	0,1	0	0,8	4,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,5	5,5	0	5,3	0	47,90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0	0	0	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	3,1	3,1	0,3	0	2,1	10,10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,4	0,4	0	0,4	0	3,50
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,017 шт.	0,68	0,1	0,1	0	1,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,8	4,8	0	0	0	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,00
Рыба, тушеная с овощами (филе минтая)		45/45	9,20	7,00	2,00	108,00
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	58,211	51,57	8	0,5	0	36,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24,40
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,36	0,36	0	0	0	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,571	7,2	0,1	0	0,6	2,90
МОРКОВЬ	24,75	19,8	0,3	0	1,4	6,70
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7	0	3,6	0	32,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,45	0,45	0	0	0	0,00
Рис пропаренный		180	4,60	7,90	47,10	277,70
КРУПА РИСОВАЯ	63	63	4,3	0,6	45,2	203,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,36	132,36	0	0	0	0,00
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ КИСЕЛЬ ТК № 15,3		200			23,50	95,00
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ Золотой шар	25	25	0	0	19,3	77,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		30	2,40	0,30	16,50	78,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	30	30	2,2	0,2	14,6	68,90
Хлеб ржаной - пшеничный для детского питания		20	1,60	0,20	9,20	44,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20	1,3	0,2	8,2	39,60
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКАМИ		100				
ПИРОЖКИ печеные с яблоками	1 шт.	1	0	0	0	0,00
			19,40	21,40	109,90	710,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			32,20	37,20	186,60	1 212,80

Повар А Асыллова Г.А.



19.01.2022

МЕНЮ
с 1-4 кл. ОБЗ. ДИ
ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК						
Биточки мясные с томатным соусом		60,40	0,40	3,50	2,40	42,30
Биточки мясные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
МОРКОВЬ	3	2,4	0	0	0,2	0,80
Макаронные изделия отварные с маслом		150,5	5,80	4,50	37,10	210,50
РОЖКИ ВЫСШ.СОРТ	52,3	52,3	5,6	0,7	35,9	172,20
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,30
Чай с сахаром инк		200			9,10	39,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
СЫР ПОРЦИОННЫЙ		10	2,40	3,00		37,50
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	11	10	2,4	3	0	37,50
булочки шакинская		100				
булочка шакинская	1 шт	1	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			11,80	11,20	70,60	434,20
ОБЕД						
Суп картофельный с клецками		200	1,40	4,90	9,20	85,90
КАРТОФЕЛЬ	53,33	40	0,8	0,2	6,3	29,90
МОРКОВЬ	10	8	0,1	0	0,6	2,70
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,4	4,4	0	4,3	0	38,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	0	0	0	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,48	2,48	0,3	0	1,6	8,10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,32	0,32	0	0,3	0	2,80
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,54	0,1	0,1	0	0,80
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,84	3,84	0	0	0	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,08	0,08	0	0	0	0,00
Рыба, тушеная с овощами (филе минтай)		45,45	9,20	7,00	2,00	108,00
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	58,211	51,57	8	0,5	0	36,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24,40
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,36	0,36	0	0	0	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,571	7,2	0,1	0	0,6	2,90
МОРКОВЬ	24,75	19,8	0,3	0	1,4	6,70
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7	0	3,6	0	32,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,45	0,45	0	0	0	0,00
Рис пропаренный	-	150	3,80	6,50	39,00	229,70
КРУПА РИСОВАЯ	52,5	52,5	3,6	0,5	37,7	169,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8,3	8,3	0	6,6	0,1	60,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110,3	110,3	0	0	0	0,00
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ КИСЕЛЬ ТК № 15,3		200			23,50	95,00
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	25	25	0	0	19,3	77,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		30	2,40	0,30	16,50	78,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	30	30	2,2	0,2	14,6	68,90
Хлеб ржано - пшеничный для детского питания		20	1,60	0,20	9,20	44,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20	1,3	0,2	8,2	39,60
			18,40	18,90	99,40	640,60
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			30,20	30,10	170,00	1 074,80

Повар А. Асылмова Г.А.

Контрольные
блюда



Контрольные
блюда

