

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №7»



Директор
К.В. Поповичева

Директор
И.И. Сидорова



МБНО

"27" января 2025г.

"Социальная поддержка учащихся из многодетных семей 5-11 классов"

День/неделя по рецепту	Наименование блюда	Выход, гр	Полезные вещества, гр			Энергетическая ценность	Витаминизация (мг)				Минеральные вещества (мг)				ЦЕНА
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Ca	P	Mg	Fe	
ПЕДЕЛИ I															
Понедельник I															
Завтрак (1 смена)															
34 1ч	Сыр твердых сортов в порезе	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,11	39	0,03	132	75	5,3	0,13	19,57
34 2ч	Блюдо из мяса копченая колбаса с макаронами	200/10	8,6	11,1	14,1	272,8	0,21	0,52	40,2	0,17	119	234	6,3	1,85	36,99
34 3ч	Чай с сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,90	0,00	1,16	0,38	0,01	6,90	8,20	4,60	0,17	8,64
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,1	0,1	0	0,084	18,25	11,25	10	0,7	4,75
	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	102,5	0,18	0,09	0	0,14	36,25	28,95	18,45	1,92	5,00
	Итого за завтрак	285	20,90	16,40	71,50	502,70	0,50	1,98	79,58	0,45	352,40	405,80	101,35	5,09	86,45
Обед (2 смена)															
34 3ч	Пюре из отварной говядины	200	15,30	14,70	38,60	308,30	0,07	0,12	262	0,12	20	191	44	2,2	64,8
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	19,80	81,00	0,00	0,02	15,00	0,00	50,00	4,10	2,10	0,99	12,90
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,1	0,1	0	0,084	18,25	11,25	10	0,7	4,75
	Хлеб пшеничный	40	2,10	0,25	14,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	17,5	38,7	12,3	1,08	4,00
	Итого за обед	455	19,80	15,35	81,55	502,30	0,29	0,2	277	0,294	125,75	267,25	68,4	4,07	86,45
Количество детей на завтрак															
Количество детей в обед															
Всего детей															

Ответственный за питание

Шеф-повар

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №7»

Утверждаю



К.В. Подойницкая



МЕНЮ

"14" января 2025г.

"Социальная поддержка учащихся из многодетных семей 5-11 классов"

День/неделя № рсеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				ЦЕНА
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Вторник 1															
Завтрак (1 смена)															
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	54,95
54-6г	Рис отварной с маслом	100	2,60	11,00	32,60	239,60	0,03	0,00	63,74	0,04	9,30	76,00	24,00	0,51	18,86
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	0,00	0,04	0,30	0,01	4,50	7,20	3,80	0,73	8,64
пром	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	4,00
	Итого за завтрак:	510	15,46	13,46	65,53	444,43	0,22	0,43	67,19	0,21	78,50	206,80	76,20	3,37	86,45
Обед (2 смена)															
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	13,51
пром.	Котлета рыбная любительская	70	10,24	4,15	4,88	89,84	0,06	0,71	221,25	0,10	38,25	141,75	33,00	0,80	50,30
54-13хн	Напиток из шиповника	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	12,62
	Хлеб ржаной	30	1,7	0,3	8,4	42,7	0,1	0,1	0	0,084	18,25	31,25	10	0,7	6,02
пром.	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	4,00
	Итого за обед:	490	21,00	9,88	80,98	488,37	0,39	80,89	337,65	0,38	129,50	268,60	69,60	4,21	86,45
	Всего за день		36,46	23,34	146,51	932,80	0,61	81,32	404,84	0,59	208,00	954,80	145,80	7,58	
Количество детей на завтрак			Ответственный за питание												
Количество детей в обед			Шеф повар												
Всего детей															

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №7»



Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ №7»
 К.В. Подойнищина



Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ №7»
 А.А. Соловьева
 М.П.

МЕНЮ

"15" января 2025г.

"Социальная поддержка учащихся из многодетных семей 5-11 классов"

День/неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергет и ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				ЦЕНА
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Среда-1															
Завтрак (1 смена)															
ТК №24	Омлет натуральный картофелем	150	12,05	15,80	27,25	268,93	0,19	6,27	393	0,49	99,42	249,05	34,2	3,1	73,81
54-3гн	Чай с 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	8,64
пром.	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	4,00
	Итого за завтрак:	390	15,41	16,13	53,65	390,56	0,35	7,51	393,38	0,62	156,32	309,15	55,2	5,31	86,45
Обед (2 смена)															
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	22,04
54-31м	Оладьи из печени по-кунцевски	80	14,00	9,20	12,70	189,60	0,17	8,63	3363,00	1,18	19,00	214,00	16,00	4,35	49,2
54-3гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,60	1,10	8,70	50,90	0,01	0,3	6,9	0,07	57	46	9,9	0,77	9,09
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	6,12
	Итого за обед:	480	22,63	14,71	68,36	495,93	0,50	19,33	3393,70	1,51	177,50	408,50	74,40	7,95	86,45
	Всего за День	870	38,04	30,84	122,01	886,49	0,85	26,84	3787,08	2,13	491,72	1063,01	129,60	19,11	
Количество детей на завтрак			Ответственный за питание												
Количество детей в обед			Шеф повар												
Всего детей															

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №7»



Утверждаю

ООО "СПЦ-ПРО"

Директор

М.П.

ДОКУМЕНТ

К.В. Подойницкая



Утверждаю

Директор МБОУ "СОШ №7"

А.А. Соловьева

М.П.

МЕНЮ

"16" января 2025г.

"Социальная поддержка учащихся из многодетных семей 5-11 классов"

День/неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				ЦЕНА
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Четверг -1															
Завтрак (1 смена)															
54-16к	Каша "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	
54-1з	Сыр	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,11	39	0,05	132	75	5,3	0,15	42,64
54-3гп	Чай с молоком и сахаром	200	1,60	1,10	8,70	50,90	0,01	0,3	6,9	0,07	57	46	9,9	0,77	30,67
пром.	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	9,09
	Итого за завтрак	455	13,16	11,63	55,50	379,03	0,25	1,02	73,1	0,36	355	296,6	58,6	2,89	86,45
Обед (2 смена)															
54-6г	Рис отварной с маслом	100	2,60	11,00	32,60	239,60	0,03	0,00	63,74	0,04	9,30	76,00	24,00	0,51	18,86
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	52,83
54-3гп	Чай с 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	8,64
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	6,12
	Итого за обед	425	17,86	19,62	73,98	543,42	0,28	1,83	68,84	0,26	100,7	257	97,1	4,11	86,45
	Всего за День	880	31,02	31,25	129,48	922,45	0,53	2,85	141,94	0,62	455,7	553,6	155,7	7	
Количество детей на завтрак			Ответственный за питание												
Количество детей в обед			Шеф повар												
Всего детей															

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №7»



К.В. Подойнишна



МЕНЮ

"17" января 2025г.

"Социальная поддержка учащихся из многодетных семей 5-11 классов"

День/неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				ЦЕНА
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 1															
Пятница-1															
Завтрак (1 смена)															
пром.	Тфтели из говядины	50	6,83	5,90	4,20	97,22	0,03	0,66	4,05	0,042	9,2	70	70	1	56,77
54-11г	Картофельное пюре	100	2,90	4,90	18,70	128,40	0,12	10,20	23,80	0,11	39,00	84,00	28,00	1,03	16,59
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	9,09
пром.	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	4,00
	Итого за завтрак	515	12,99	11,13	49,00	346,15	0,31	10,98	28,15	0,282	102,7	212,8	118,2	4,2	86,45
Обед (2 смена)															
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	6,30	36,00	233,90	0,21	0	19,2	0,12	15	181	120	4,04	11,22
54-1м	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	54,68
54-13хн	Напиток из шиповника	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	12,62
пром.	Хлеб пшеничный	60	4,60	0,50	20,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	38,7	12,3	1,08	7,93
	Итого за обед	470	21,55	14,10	78,95	493,60	0,36	80,33	181,5	0,335	81,5	313,45	147,3	6,88	86,45
	Всего за День	985	34,54	25,23	127,95	839,75	0,67	91,31	209,65	0,617	184,2	526,25	265,5	11,08	
Количество детей на завтрак			Ответственный за питание												
Количество детей в обед			Шеф повар												
Всего детей															

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №7»

Утверждаю

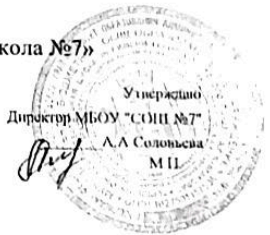
ООО «СИТИ-ПРО»

Директор К.В. Половинкина



Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ №7»

А.А. Соловьева
МП



МЕНЮ

"20" января 2025г.

"Социальная поддержка учащихся из многодетных семей 5-11 классов"

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				ЦЕНА
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Понедельник 2															
Завтрак (1 смена)															
54-13к	Каша вязкая молочная пшеница с маслом	200	8,30	10,2	33,60	259,40	0,18	0,54	41,60	0,15	127,00	186,00	49,00	1,32	29,73
54-1з	Сыр	15	1,75	4,40	0,00	46,60	0,01	0,11	39	0,05	132	75	53	0,15	30,67
54-21гн	Какао с молоком	200	4,70	3,60	12,60	100,40	0,04	0,68	17,3	0,17	143	130	34	1,09	15,46
	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	6,59
пром.	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	4,00
	Итого за завтрак	545	20,11	18,88	77,60	559,86	0,57	1,55	97,90	0,61	477,55	508,23	166,40	4,99	86,45
Обед (2 смена)															
54-11м	Плов из отварной курицы	250	15,30	14,70	38,60	347,90	0,07	0,72	262	0,12	20	193	44	2,2	68,46
54-3гн	Чай с сахаром, лимоном	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	13,99
пром.	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	4,00
	Итого за обед	490	18,66	15,03	65,00	469,53	0,23	1,96	262,38	0,25	76,90	253,10	65,00	4,41	86,45
	Всего за День	1035	38,77	33,91	142,60	1029,39	0,80	3,51	360,28	0,86	554,45	761,33	231,40	9,40	

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №7»



Утверждаю
 Директор
 М.П.
 К.В. Толочинкина



М Е Н И О
 "21" января 2025г.
 "Социальная поддержка учащихся из многодетных семей 5-11 классов"

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				ЦЕНА
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Вторник 2															
Завтрак (1 смена)															
54-2г	Макаронь отварные с овощами и маслом	100	3,60	12,30	25,60	226,80	0,03	0,00	63,74	0,04	9,30	76,00	24,00	0,51	
54-25м	Курица тушеная с морковью	50	2,90	2,20	63,20	0,02	0,65	143,00	0,03	11,50	56,00	27,50	0,50	0,50	12,79
54-3гн	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	0,00	0,04	0,30	0,01	4,50	7,20	3,80	0,73	8,64
пром.	Хлеб пшеничный	40	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	1,44	4,00
	Итого за завтрак	390,00	7,03	34,20	189,03	253,78	0,76	143,04	64,19	61,55	121,40	127,10	29,74	3,18	86,45
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,10	6,30	36,00	233,10	0,21	0	19,2	0,12	15	181	120	4,04	11,22
пром.	Котлета из курицы	70	11,70	5,20	10,10	134,00	0,05	0,47	4,72	0,06	22,00	108,00	48,00	1,03	62,59
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	8,64
пром.	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	4,00
	Итого за обед	460	23,06	11,83	72,30	487,63	0,42	0,59	24,22	0,31	91,50	347,80	188,20	7,24	86,45
	Всего за День.	850	30,09	46,03	261,33	741,41	1,18	143,63	88,41	61,86	212,90	474,90	217,94	10,42	

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №7»



Директор
Д.М.П.
К.В. Подойницына



МЕНЮ

"22" января 2025г.

"Социальная поддержка учащихся из многодетных семей 5-11 классов"

День/ неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				ЦЕНА
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Ca	P	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Среда-2															
Завтрак (1 смена)															
54-1з	Сыр	15	1,75	4,40	0,00	46,60	0,01	0,11	39	0,05	132	75	53	0,15	30,67
54-4г	Каша молочная гречневая	220	7,10	5,80	26,60	187,3	0,15	0,50	23,90	0,18	112,00	175,00	78,00	2,35	36,32
54-4гн	Какао с молоком	200	4,70	3,60	12,60	100,40	0,04	0,68	17,3	0,17	143	130	34	1,09	15,46
пром.	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	4,00
	Итого за завтрак	475	16,61	14,13	58,90	479,64	0,36	1,37	113,80	0,52	437,00	431,60	181,40	5,03	86,45
54-6г	Рис отварной	150	3,70	4,80	36,50	203,50	0,03	0,00	18,74	0,03	6,90	73,00	24,00	0,49	22,29
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	44,12
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	0,00	0,02	15,00	0,00	50,00	4,30	2,10	0,09	12,94
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,27	6,70	34,13	0,08	0,08	0	0,07	14,6	25	8	0,56	3,80
пром.	Хлеб пшеничный	30	2,30	0,25	14,75	70,30	0,12	0,06	0	0,09	37,5	38,7	12,3	1,08	3,30
	Итого за обед	475	21,50	18,42	90,15	610,23	0,28	0,25	50,34	0,31	139,00	279,00	66,40	4,16	86,45
	Всего за День	950	38,11	32,55	149,05	1089,87	0,64	1,62	164,14	0,83	576,00	710,60	247,80	9,19	

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №7»



Утверждаю

ООО «СИТИ-ПРО»

К.В. Подойницкая



Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ №7»

А.А. Соловьева

М.П.

МЕНЮ

"24" января 2025г.

"Социальная поддержка учащихся из многодетных семей 5-11 классов"

День/неделя № рецеп.	Наименование блюда	Выход, гр.	Пищевые вещества, гр.			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				ЦЕНА
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ 2															
Пятница-2															
Завтрак (1 смена)															
ТК№48	Запеканка рисовая с творогом	100	10,74	9,68	42,60	323,80	0,44	0,00	0,04	0,11	69,95	160,81	36,78	1,01	38,28
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,47	2,90	11,30	85,18	0,03	0,52	13,30	0,13	111,00	107,00	31,00	1,07	14,17
54-1з	Сыр	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,11	39	0,05	132	75	5,3	0,15	30,67
пром.	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	0,1	0,05	0	0,075	31,25	32,25	10,25	0,9	3,33
	Итого за завтрак	340	19,61	17,18	66,20	521,38	0,58	0,68	52,34	0,37	344,20	375,06	83,33	3,13	86,45
Обед (2 смена)															
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	13,51
пром.	Фрикадельки из говядины	75	10,22	9,09	6,06	146,93	0,03	0,00	6,08	0,07	14,06	95,60	12,20	1,38	49,84
	Соус красный	20	0,70	0,50	1,80	14,16	0,00	0,54	25,60	0,00	1,84	115,30	2,34	0,10	6,48
54-13хн	Напиток из шиповника	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	12,62
пром.	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,70	93,73	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	4,00
	Итого за обед	485	19,98	15,02	75,56	516,92	0,26	80,62	148,08	0,27	88,90	306,50	41,14	4,19	86,45
	Всего за День	825	39,59	32,20	141,76	1038,30	0,84	81,30	200,42	0,64	433,10	681,56	124,47	7,32	