



**Меню обедов для учащихся 1-4 классов. Для БОУ СОШ
№140,146,43,76,145,54,64,33,8,99,100,103,105,110,114,120,122,127,135,142,144,148,151,159,29,161,35,37,41,
48,50,60,67,68,69,7,77,78,79,81,86,87,147,90,91,93,94
на период 28.04.25 - 23.05.25**

Тип меню: П/Ф М

	9883	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
	Понедельник 28.04.25						
	Обед						
1	Салат из квашеной капусты с луком	9/2018.	60	0.180	4.800	0.823	47.047
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом	307/3/1998.	200(190/10)	4.969	3.986	18.189	124.201
3	Жаркое из курицы(филе птицы)	820/3/1998.	250(210/40)	13.493	19.191	29.588	338.206
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из брусники	54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		770	23.202	28.517	93.39	704.904
	Итого за день:		770	23.202	28.517	93.39	704.904
	Вторник 29.04.25						
	Обед						
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Борщ с капустой и картофелем, курицей.(со сметаной)	262/1998.	200(186/10/4)	4.540	7.350	10.947	126.354
3	Каша гречневая с мясом по-купечески	ТТК	200 (160/40)	16.128	13.386	24.570	277.168
4	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:		700	25.64	26.826	91.952	696.386
	Итого за день:		700	25.64	26.826	91.952	696.386
	Среда 30.04.25						
	Обед						
1	Салат из свеклы отварной	54-13з	60	0.968	2.997	6.152	54.311
2	Суп гороховый с курицей и гречками	306/3/1998.	200(180/10/10)	8.918	6.732	25.598	194.856
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)*	640/3/1998.	90(40/50)	10.814	8.745	4.771	140.684
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	150(147/3)	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
6	Компот из персиков с/м	1113/3/98г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		750	27.726	21.806	102.4	700.005
	Итого за день:		750	27.726	21.806	102.4	700.005
	Четверг 01.05.25						
	Обед						
1	Маринад овощной с томатом*	1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.377
2	Щи из свеж капусты, с картофелем и мясом(со сметаной)	282/3/1998.	200(186/10/4)	3.939	6.430	9.129	107.318
3	Фрикасе из курицы	599/2022	90(40/50)	11.071	13.213	7.661	193.720
4	Макаронные изделия отварные с маслом*	940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533
5	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
6	Компот сливовый с сахаром	1203/3/1998г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		750	25.379	28.947	98.422	746.792
	Итого за день:		750	25.379	28.947	98.422	746.792
	Пятница 02.05.25						
	Обед						
1	Закуска овощная из квашенной капусты	147/2018.	60	0.088	3.003	0.286	28.455
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками*	307/3/1998.	200(185/15)	5.763	3.601	18.874	128.135
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	887/3/1998.	200(160/40)	12.758	16.779	24.863	296.077
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:		720	23.809	23.923	102.413	702.717
	Итого за день:		720	23.809	23.923	102.413	702.717
	Понедельник 05.05.25						
	Обед						
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Борщ с капустой и картофелем, мясом (со сметаной)	262/1998.	200(186/10/4)	4.133	6.446	11.067	115.904
3	Печень по-строгановски	748/3/1998.	90(40/50)	10.844	12.462	6.448	181.456
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	150(147/3)	3.736	2.705	39.275	196.393
5	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Кисель из св/м ягод (брусника)	1131/3/98.	200	0.009	0.000	22.008	88.020
	Итого за Обед:		730	22.294	27.613	101.693	737.587
	Итого за день:		730	22.294	27.613	101.693	737.587
	Вторник 06.05.25						
	Обед						
1	Салат из свеклы отварной с сыром.	54-13з	60	1.139	3.270	5.537	55.187

2	Суп гороховый с мясом и гречками	306/3/1998.	200(180/10/10)	7.853	6.147	21.509	168.156
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)*	640/3/1998.	90(40/50)	10.814	8.745	4.771	140.684
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	150(147/3)	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:		740	26.712	21.404	106.326	706.181
	Итого за день:		740	26.712	21.404	106.326	706.181
	Среда 07.05.25						
	Обед						
1	Закуска овощная из квашенной капусты	147/2018.	60	0.088	3.003	0.286	28.455
2	Свекольник с фрикадельками(со сметаной)*	95/2018.	200(181/15/4)	5.261	6.121	14.752	132.685
3	Паста сливочная с говядиной	406/2022	200	14.831	24.232	31.584	401.088
4	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Компот сливовый с сахаром	1203/3/1998г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		700	23.22	33.716	81.472	712.478
	Итого за день:		700	23.22	33.716	81.472	712.478
	Четверг 08.05.25						
	Обед						
1	Маринад овощной с томатом*	1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.371
2	Щи из свеж капусты, с картофелем, курицей(со сметаной)	282/3/1998.	200(186/10/4)	3.817	6.758	9.000	110.429
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	887/3/1998.	220(180/40)	13.107	17.616	27.922	316.578
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из брусники и манго с сахаром	54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		740	22.539	30.944	88.297	706.828
	Итого за день:		740	22.539	30.944	88.297	706.828
	Пятница 09.05.25						
	Обед						
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	307/3/1998.	200(190/10)	4.752	4.334	17.939	126.862
3	Фрикасе из курицы	599/2022	90(40/50)	11.071	13.213	7.661	193.720
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	150(147/3)	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:		730	23.261	26.429	103.124	728.15
	Итого за день:		730	23.261	26.429	103.124	728.15
	Понедельник 12.05.25						
	Обед						
1	Салат из квашеной капусты с луком	9/2018.	60	0.180	4.800	0.823	47.047
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом	307/3/1998.	200(190/10)	4.969	3.986	18.189	124.201
3	Жаркое из курицы(филе птицы)	820/3/1998.	250(210/40)	13.493	19.191	29.588	338.206
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из брусники	54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		770	23.202	28.517	93.39	704.904
	Итого за день:		770	23.202	28.517	93.39	704.904
	Вторник 13.05.25						
	Обед						
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Борщ с капустой и картофелем, курицей.(со сметаной)	262/1998.	200(186/10/4)	4.540	7.350	10.947	126.354
3	Каша гречневая с мясом по-купечески	ТТК	200 (160/40)	16.128	13.386	24.570	277.168
4	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:		700	25.64	26.826	91.952	696.386
	Итого за день:		700	25.64	26.826	91.952	696.386
	Среда 14.05.25						
	Обед						
1	Салат из свеклы отварной	54-13з	60	0.968	2.997	6.152	54.311
2	Суп гороховый с курицей и гречками	306/3/1998.	200(180/10/10)	8.918	6.732	25.598	194.856
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)*	640/3/1998.	90(40/50)	10.814	8.745	4.771	140.684
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	150(147/3)	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
6	Компот из персиков с/м	1113/3/98г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		750	27.726	21.806	102.4	700.005
	Итого за день:		750	27.726	21.806	102.4	700.005
	Четверг 15.05.25						
	Обед						
1	Маринад овощной с томатом*	1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.371
2	Щи из свеж капусты, с картофелем и мясом(со сметаной)	282/3/1998.	200(186/10/4)	3.939	6.430	9.129	107.318
3	Фрикасе из курицы	599/2022	90(40/50)	11.071	13.213	7.661	193.720
4	Макаронные изделия отварные с маслом*	940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533
5	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
6	Компот сливовый с сахаром	1203/3/1998г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		750	25.379	28.947	98.422	746.792
	Итого за день:		750	25.379	28.947	98.422	746.792

	Пятница 16.05.25						
	Обед						
1	Закуска овощная из квашенной капусты	147/2018.	60	0.088	3.003	0.286	28.455
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками*	307/3/1998.	200(185/15)	5.763	3.601	18.874	128.135
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	887/3/1998.	200(160/40)	12.758	16.779	24.863	296.077
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:		720	23.809	23.923	102.413	702.717
	Итого за день:		720	23.809	23.923	102.413	702.717
	Понедельник 19.05.25						
	Обед						
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Борщ с капустой и картофелем, мясом (со сметаной)	262/1998.	200(186/10/4)	4.133	6.446	11.067	115.904
3	Печень по-строгановски	748/3/1998.	90(40/50)	10.844	12.462	6.448	181.456
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	150(147/3)	3.736	2.705	39.275	196.393
5	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Кисель из св/м ягод (брусника)	1131/3/98.	200	0.009	0.000	22.008	88.020
	Итого за Обед:		730	22.294	27.613	101.693	737.587
	Итого за день:		730	22.294	27.613	101.693	737.587
	Вторник 20.05.25						
	Обед						
1	Салат из свеклы отварной с сыром	54-13з	60	1.139	3.270	5.537	55.187
2	Суп гороховый с мясом и гречками	306/3/1998.	200(180/10/10)	7.853	6.147	21.509	168.156
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)*	640/3/1998.	90(40/50)	10.814	8.745	4.771	140.684
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	150(147/3)	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:		740	26.712	21.404	106.326	706.181
	Итого за день:		740	26.712	21.404	106.326	706.181
	Среда 21.05.25						
	Обед						
1	Закуска овощная из квашенной капусты	147/2018.	60	0.088	3.003	0.286	28.455
2	Свекольник с фрикадельками(со сметаной)*	95/2018.	200(181/15/4)	5.261	6.121	14.752	132.685
3	Паста сливочная с говядиной	406/2022	200	14.831	24.232	31.584	401.088
4	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Компот сливовый с сахаром	1203/3/1998г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		700	23.22	33.716	81.472	712.478
	Итого за день:		700	23.22	33.716	81.472	712.478
	Четверг 22.05.25						
	Обед						
1	Маринад овощной с томатом*	1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.371
2	Щи из свеж капусты, с картофелем, курицей(со сметаной)	282/3/1998.	200(186/10/4)	3.817	6.758	9.000	110.429
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	887/3/1998.	220(180/40)	13.107	17.616	27.922	316.578
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из брусники и манго с сахаром	54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		740	22.539	30.944	88.297	706.828
	Итого за день:		740	22.539	30.944	88.297	706.828
	Пятница 23.05.25						
	Обед						
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	307/3/1998.	200(190/10)	4.752	4.334	17.939	126.862
3	Фрикасе из курицы	599/2022	90(40/50)	11.071	13.213	7.661	193.720
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	150(147/3)	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:		730	23.261	26.429	103.124	728.15
	Итого за день:		730	23.261	26.429	103.124	728.15
	ИТОГО ЗА Обед:		14660	487.564	540.25	1938.978	14284.056
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		14660	487.564	540.25	1938.978	14284.056
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		733	24.38	27.01	96.95	714.2
	СООТНОШЕНИЕ:			1	1.108	3.977	

Примечание: Стоимость меню согласно проведенным торгам

Директор _____

Зав. произв. _____

Калькулятор _____