



Утверждаю  
 Ген. директор ООО «Комбинат школьного питания и торговли»  
 В. Н. Серикова

## МЕНЮ

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для  
 возрастной категории 7-11 лет

на 11 декабря 2024 год

### ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Капуста квашеная	60	0,9	0,06	3,1	16,2	70/2015
Котлеты из кур с соусом томатным	90(50/40)	9,1	9,6	10,1	164	294/2015
Каша вязкая пшеничная с маслом сливочным	150	3,2	4,2	20,8	133	303/2015
Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	ПР
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,3	15,1	60	ПР
<b>ИТОГО:</b>		<b>25,8</b>	<b>23,06</b>	<b>75</b>	<b>601,2</b>	

### ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Нарезка из соленых огурцов	60	0,5	0,1	1	6	70/2015
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,5	8,2	17,3	90	82/2015
Шницель из мяса говядины 1-кат с соусом томатным	90/40	9,7	11,2	10	148	268/2015
Макаронные изделия с маслом сливочным	150	5,4	5,8	30,4	195	203/2015
Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,46	92	389/2015
Кондитерские изделия промышленного производства	35	0,1	2,1	122	653	ПР
Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,2	80	ПР
Хлеб ржаной иодированный	30	2	0,3	12,6	61	ПР
<b>ИТОГО:</b>		<b>23</b>	<b>28,1</b>	<b>236,96</b>	<b>1325</b>	

Бухгалтер  
 Повар-бригадир

Борисова Т.И.  
 Кельштейн Т.В.



Согласовано  
И.о. директора МБОУ СОШ №12  
Е.Д. Кошечкина

Утверждаю  
Ген. директор ООО «Комбинат школьного питания и торговли»  
В. Н. Серикова

## МЕНЮ

для организации бесплатного питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях для детей возрастной категории от 12 лет и старше

на 11 декабря 2024 год

### ЗАВТРАК

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Капуста квашеная	60	0,9	0,1	3,1	16,2	70/2015
Котлеты из кур с соусом томатным	110(70/40)	12,5	12,8	13,2	220	294/2015
Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	150	3,2	4,2	20,8	133	303/2015
Какао с молоком	200	4	3,4	17,5	119	382/2015
Сыр твердый порциями	20	5,2	5,3	0	68	15/2015
Хлеб пшеничный	40	2,8	0,4	20,1	82	П/П
Хлеб ржаной иодированный	20	1,3	0,2	8,4	41	П/П
<b>ИТОГО:</b>		<b>29,9</b>	<b>26,4</b>	<b>83,1</b>	<b>679,2</b>	

### ОБЕД

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества г			Энерг.ценн ость, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Нарезка из соленых огурцов	100	0,8	0,1	1,7	10	70/2015
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	1,9	5,4	21,5	110	82/2015
Шницель из мяса говядины 1 кат с соусом томатным со сливочным маслом	100/40	10,8	12,5	11,2	164	268/2015
Макароны отварные с маслом сливочным	180	6,5	7	36,5	235	203/2015
Сок натуральный промышленного производства	200	1	0	23,5	92	389/2015
Кондитерские изделия промышленного производства	53	0,2	5,6	91	360	П/П
Хлеб пшеничный	60	4,2	0,6	30,2	120	П/П
Хлеб ржаной иодированный	40	2,6	0,4	16,8	82	П/П
<b>ИТОГО:</b>		<b>28</b>	<b>31,6</b>	<b>232,4</b>	<b>1173</b>	

Бухгалтер  
Повар-бригадир

Борисова Т.И.  
Кельштейн Т.В.