



Утверждаю  
 Генеральный 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 14 сентября 2025 год

## ЗАВТРАК

| Наименование блюда         | Выход, г   | Пищевые вещества г |             |             | Энерг.ценн<br>ость, ккал | № рецептуры |
|----------------------------|------------|--------------------|-------------|-------------|--------------------------|-------------|
|                            |            | Белки, г           | Жиры, г     | Углеводы, г |                          |             |
| Нарезка из соленых огурцов | 30         | 0,3                | 0,1         | 0,5         | 3                        | 70/2015     |
| Бефстроганов               | 100(50/50) | 15,2               | 23,1        | 5,1         | 290                      | 250/2015    |
| Картофель по-деревенски    | 150        | 3,5                | 13,7        | 23,4        | 246                      | 646/2022    |
| Чай с лимоном              | 200/10/7   | 0,3                | 0           | 15,2        | 60                       | 686/2004    |
| Хлеб пшеничный             | 30         | 2,1                | 0,3         | 15,1        | 60                       | ПР          |
| Хлеб ржаной иодированный   | 20         | 1,3                | 0,2         | 8,4         | 41                       | ПР          |
| <b>ИТОГО:</b>              |            | <b>22,7</b>        | <b>37,4</b> | <b>67,7</b> | <b>700</b>               |             |

## ОБЕД

| Наименование блюда                                 | Выход, г | Пищевые вещества г |             |              | Энерг.ценн<br>ость, ккал | № рецептуры |
|--|----------|--------------------|-------------|--------------|--------------------------|-------------|
|  |          | Белки, г           | Жиры, г     | Углеводы, г  |                          |             |
| Капуста квашеная                                   | 60       | 0,9                | 0,06        | 3,1          | 16,2                     | 70/2015     |
| Суп с клецками                                     | 200      | 4,4                | 3,8         | 8            | 92                       | 118/2015    |
| Биточки рыбные                                     | 90       | 6,7                | 6,3         | 10,8         | 130                      | 234/2015    |
| Пюре картофельное                                  | 150      | 3,1                | 4,9         | 21,9         | 137                      | 312/2015    |
| Кофейный напиток с молоком                         | 200      | 3                  | 1,2         | 14,7         | 93                       | 379/2015    |
| Хлеб пшеничный                                     | 40       | 2,8                | 0,4         | 20,2         | 80                       | ПР          |
| Хлеб ржаной иодированный                           | 30       | 2                  | 0,3         | 12,6         | 61                       | ПР          |
| Кондитерские изделия<br>промышленного производства | 35       | 2,1                | 26,1        | 92           | 786                      | П/Р         |
| <b>ИТОГО:</b>                                      |          | <b>25</b>          | <b>43,1</b> | <b>183,3</b> | <b>1395,2</b>            |             |

Бухгалтер Борисова Т.В.

Мат.ответ. Кожемякина А.А.



Согласовано  
И.о. директора МБОУ-СОШ №12  
Е.Д. Кошеваров

Утверждаю  
Генеральный 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 14 января 2025 год

### ЗАВТРАК

| Наименование блюда         | Выход, г   | Пищевые вещества г |             |             | Энерг.ценность, ккал | № рецептуры |
|----------------------------|------------|--------------------|-------------|-------------|----------------------|-------------|
|                            |            | Белки, г           | Жиры, г     | Углеводы,   |                      |             |
| Нарезка из соленых огурцов | 60         | 0,5                | 0,1         | 1           | 6                    | 70/2015     |
| Бефстроганов               | 100(50/50) | 15,2               | 23,1        | 5,1         | 290                  | 250/2015    |
| Картофель по-деревенски    | 150        | 3,5                | 13,7        | 23,4        | 246                  | 646/2022    |
| Чай с лимоном              | 200/10/7   | 0,3                | 0           | 15,2        | 60                   | 686/2004    |
| Хлеб пшеничный             | 30         | 2,1                | 0,3         | 15,1        | 60                   | П/Р         |
| Хлеб ржаной иодированный   | 20         | 1,3                | 0,2         | 8,4         | 41                   | П/Р         |
| <b>ИТОГО:</b>              |            | <b>22,9</b>        | <b>37,4</b> | <b>68,2</b> | <b>703</b>           |             |

### ОБЕД

| Наименование блюда                              | Выход, г | Пищевые вещества г |             |           | Энерг.ценность, ккал | № рецептуры |
|---|----------|--------------------|-------------|-----------|----------------------|-------------|
|   |          | Белки, г           | Жиры, г     | Углеводы, |                      |             |
| Капуста квашеная                                | 100      | 1,6                | 0,1         | 5,2       | 26                   | 70/2015     |
| Суп с клецками                                  | 250      | 5,5                | 4,7         | 10        | 115                  | 118/2015    |
| Биточки рыбные                                  | 100      | 7,5                | 7           | 12        | 145                  | 234/2015    |
| Картофельное пюре                               | 180      | 3,6                | 5,7         | 24,2      | 164                  | 312/2015    |
| Кофейный напиток с молоком                      | 200      | 3                  | 1,2         | 14,7      | 93                   | 686/2004    |
| Хлеб пшеничный                                  | 20       | 1,4                | 0,2         | 10,1      | 40                   | П/П         |
| Хлеб ржаной иодированный                        | 20       | 1,3                | 0,2         | 8,4       | 40,6                 | П/П         |
| Кондитерские изделия промышленного производства | 53       | 0,1                | 15,6        | 8,4       | 356                  | П/Р         |
| <b>ИТОГО:</b>                                   |          | <b>24</b>          | <b>34,7</b> | <b>93</b> | <b>979,6</b>         |             |

Бухгалтер Борисова Т.В.

Мат.ответ. Кожемякина А.А.